7 வது **இதழ்**

விலை $ 1.00

சித்திரை 1996

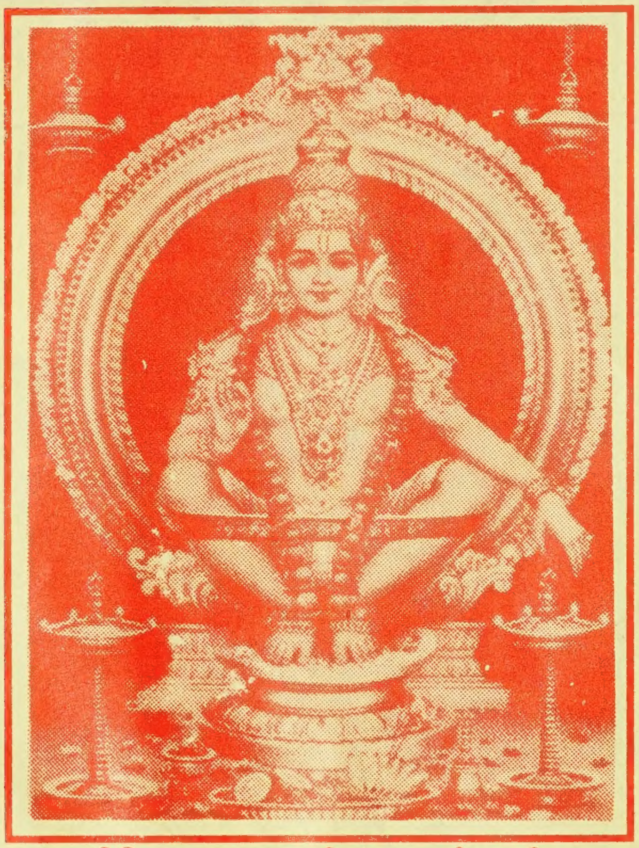
மதம்

சம்மதம்



கடவுளைத் தேடி எங்கே செல்ல முடியும்? அவன் நம் உள்ளே இருக்கிறான்! தேடுங்கள் கிடைப்பான்! கண்களை மூடி உள்ளே தேடுங்கள்! அன்போடு தேடுங்கள்! களங்கமற்ற விசுவாசத்தோடு தேடுங்கள்! விசுவாசத்துடன் தேடியவர்கள் இறைவனைக் கண்டு பேரானந்தம் அனுபவித்தார்கள், அவர்கள் மகான்களாகிவிட்டார்கள்! உலக இன்பத்துக்காக அலைபவர்களின் பின்னால் பெரும் துன்பமும் மரணமும் துரத்திக்கொண்டு வந்து கவ்விக்கொள்கிறது.

ரொரன்ரோ மாநகரில் பக்தர்கள் பெருகிவரும்
ஸ்ரீ ஐயப்பன் ஆலயம்



சாமியே சரணம் ஐயப்பா!

சபரிமலையிலிருந்து அருள் வழங்கும் ஐயப்பனார், தம் பக்தர்களின் துயர்களை நீக்கி அருள் வழங்கிக் காத்தருள்கிறார். வருடா வருடம் நாற்பது நாட்கள் கடும் விரதம் காத்து லட்சக்கணக்கான பக்தகோடிகள் சபரிமலை ஏறி மகர ஜோதி தரிசனம் பெற்று அருள் பெற்று வருகிறார்கள்.

ஐயப்ப சுவாமி விரதகாலங்களிலே பக்தர்கள் பல திருத்தலங்களுக்கும் சென்று தரிசனம் பெற்று இருமுடிதாங்கி சபரிமலை ஏறுகிறார்கள். விரும்பியதை அளிப்பான் ஐயப்பன். அவனை நம்பியவர்கள் என்றுமே கைவிடப்பட்டதில்லை.

ரொரன்ரோவிலே ஐயப்பன் பக்தர்கள் ஐயப்பனுக்கு ஆலயம் அமைக்க விரும்பினார்கள். அவர்கள் விருப்பத்தை எல்லாம் வல்ல ஐயப்பனார் நிறை வேற்றத் திருவுள்ளம் கொண்டு தனது பக்தர்களுக்கு ஆலயத்தை அமைக்கும் பேற்றினைக் கொடுத்தார். ஐயப்பன் அருளால் இன்று மார்க்கம் அன் பிஞ்ச் சந்திப்பில் மார்க்கம் வீதியில் ஐயப்பன் ஆலயம் அமைந்துள்ளது.

இந்த ஆலய நிர்வாகிகள் எல்லோரும் தூய்மையான ஐயப்பன் பக்தர்களே. ஆலய நிர்வாகிகளால் நிர்வாகம் திறம்பட நடாத்தப்படுகின்றது. கோவில் தொண்டர்களும் நல்ல முறையில் சேவை செய்கிறார்கள். இங்கே தினசரி பூசை, நண்பகல் 12.00 மணிக்கும் இரவு 8.00மணிக்கும் நடை பெறுகிறது. ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் நண்பகல் விஷேட அபிஷேகம், ஆராதனைகள், சுவாமி உள்வீதி சுற்றல், அன்ன தானம் முதலியன நடைபெறுகிறது. சுவாமி சுற்றும் போது பக்தர்கள் ஐயப்பன் நாமத்தை மெய்மறந்து கீர்த்தனம் பண்ணுவது மிக மிகச் சிறப்பு வாய்ந்தது. பக்தர்கள் எல்லோரும் சேர்ந்து நாமத்தை ஒலிப்பதால் ஐயப்பனின் பேரருள் அங்கு பொலிகின்றது.

நாடிவரும் பக்தர்களை நலமடையச் செய்யும் சிறந்த ஆலயமாக விளங்கும் இவ் ஆலயம் நம் எல்லோருக்கும் ஒரு வரப் பிரசாதமாக உள்ளது. எப்படிக் கோவில் நிர்வாகமும் பூஜைமுறைகளும் அமைந்திருக்க வேண்டும் என்று பக்தர்கள் விரும்பினார்களோ அப்படியான சிறப்புகளோடு இவ் ஆலயம் இருப்பது அற்புதமாகவே உள்ளது.

சாமியே சரணம் ஐயப்பா!

துன்பத்தைத் தீர்ப்பாய் ஐயப்பா!

சரணம் சரணம் ஐயப்பா!

அருள் மிகு ஸ்ரீ ஐயப்பன் ஆலயம்

2691 Markham Road, Unit # 19,

(Markham & Finch)

Tel (416) 321-6104

7 வது இதழ்

விலை $ 1.00

சித்திரை 1996

சம்மதம்



கடவுளைத் தேடி எங்கே செல்ல முடியும்? அவன் நம் உள்ளே இருக்கிறான்! தேடுங்கள் கிடைப்பான்! கண்களை மூடி உள்ளே தேடுங்கள்! அன்போடு தேடுங்கள்! களங்கமற்ற விசுவாசத்தோடு தேடுங்கள்! விசுவாசத்துடன் தேடியவர்கள் இறைவனைக் கண்டு பேரானந்தம் அனுபவித்தார்கள், அவர்கள் மகான்களாகிவிட்டார்கள்! உலக இன்பத்துக்காக அலைபவர்களின் பின்னால் பெரும் துன்பமும் மரணமும் துரத்திக்கொண்டு வந்து கவ்விக்கொள்கிறது.

ரொரன்ரோ மாநகரில் பக்தர்கள் பெருகிவரும்

ஸ்ரீ ஐயப்பன் ஆலயம்



சாமியே சரணம் ஐயப்பா!

சபரிமலையிலிருந்து அருள் வழங்கும் ஐயப்பனார், தம் பக்தர்களின் துயர்களை நீக்கி அருள் வழங்கிக் காத்தருள்கிறார். வருடா வருடம் நாற்பது நாட்கள் கடும் விரதம் காத்து லட்சக்கணக்கான பக்தகோடிகள் சபரிமலை ஏறி மகர ஜோதி தரிசனம் பெற்று அருள் பெற்று வருகிறார்கள்.

ஐயப்ப சுவாமி விரதகாலங்களிலே பக்தர்கள் பல திருத்தலங்களுக்கும் சென்று தரிசனம் பெற்று இருமுடிதாங்கி சபரிமலை ஏறுகிறார்கள். விரும்பியதை அளிப்பான் ஐயப்பன். அவனை நம்பியவர்கள் என்றுமே கைவிடப்பட்டதில்லை.

ரொரன்ரோவிலே ஐயப்பன் பக்தர்கள் ஐயப்பனுக்கு ஆலயம் அமைக்க விரும்பினார்கள். அவர்கள் விருப்பத்தை எல்லாம் வல்ல ஐயப்பனார் நிறை வேற்றத் திருவுள்ளம் கொண்டு தனது பக்தர்களுக்கு ஆலயத்தை அமைக்கும் பேற்றினைக் கொடுத்தார். ஐயப்பன் அருளால் இன்று மார்க்கம் அன் பிஞ்ச் சந்திப்பில் மார்க்கம் வீதியில் ஐயப்பன் ஆலயம் அமைந்துள்ளது.

இந்த ஆலய நிர்வாகிகள் எல்லோரும் தூய்மையான ஐயப்பன் பக்தர்களே. ஆலய நிர்வாகிகளால் நிர்வாகம் திறம்பட நடாத்தப்படுகின்றது. கோவில் தொண்டர்களும் நல்ல முறையில் சேவை செய்கிறார்கள். இங்கே தினசரி பூசை, நண்பகல் 12.00 மணிக்கும் இரவு 8.00மணிக்கும் நடை பெறுகிறது. ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் நண்பகல் விஷேட அபிஷேகம், ஆராதனைகள், சுவாமி உள்வீதி சுற்றல், அன்ன தானம் முதலியன நடைபெறுகிறது. சுவாமி சுற்றும் போது பக்தர்கள் ஐயப்பன் நாமத்தை மெய்மறந்து கீர்த்தனம் பண்ணுவது மிக மிகச் சிறப்பு வாய்ந்தது. பக்தர்கள் எல்லோரும் சேர்ந்து நாமத்தை ஒலிப்பதால் ஐயப்பனின் பேரருள் அங்கு பொலிகின்றது.

நாடிவரும் பக்தர்களை நலமடையச் செய்யும் சிறந்த ஆலயமாக விளங்கும் இவ் ஆலயம் நம் எல்லோருக்கும் ஒரு வரப் பிரசாதமாக உள்ளது. எப்படிக் கோவில் நிர்வாகமும் பூஜைமுறைகளும் அமைந்திருக்க வேண்டும் என்று பக்தர்கள் விரும்பினார்களோ அப்படியான சிறப்புகளோடு இவ் ஆலயம் இருப்பது அற்புதமாகவே உள்ளது.

சாமியே சரணம் ஐயப்பா!

துன்பத்தைத் தீர்ப்பாய் ஐயப்பா!

சரணம் சரணம் ஐயப்பா!

அருள் மிகு ஸ்ரீ ஐயப்பன் ஆலயம்

2691 Markham Road, Unit # 19,

(Markham & Finch)

Tel (416) 321-6104

மதம் வெளியீடு

மதம் வாசகர்களுக்கு புத்தாண்டு நல் வாழ்த்துக்கள்!

போற்றுகின்றோம் இறைவா உன்னைப் போற்றுகின்றோம்
புத்தாண்டில் எமக்கு நலங்கள் தர வேண்டுகின்றோம்
அமைதியும் ஆன்மீகமும் தர வேண்டுகின்றோம்
ஆனந்த வாழ்வு எமக்கு தந்தருள வேண்டுகின்றோம்
நாம் நாடு விட்டு வேற்று நாட்டில் தஞ்சம் புக
நம் இனத்தினர் ஈழத்தில் படுதுயரம் அடைவதேனோ
அறியாது நாம் செய்த பிழைகள் எல்லாம்
அருளாலே நீக்கி எம்மை காத்தருள்வாய்
ஈழம் எனும் திருநாடு பெற்றிடவே
இளம் சந்ததிகள் போர்முனையில் நாட்டமுற
வழிகாட்டி நீயல்லால் வேறு யார் நமது துணை
வாழ்க்கையில் உயர்வுபெற்று வாழ வழிகொடய்யா
தமிழ் ஈழம் பெற்றிட வழி உண்டு உன்னிடத்தில்
தமிழ் இனம் ஒன்றுபட உனதருள் வேண்டுகின்றோம்
நாம் செய்த பிழைகளை உன்னிடமே விடுகின்றோம்
நாம் செய்த நலங்களையும் உனக்கே அளிக்கின்றோம்
நல் வாழ்வு நாம் பெற்று நலமோடு நாம் வாழ
நம் இனத்தின் ஒற்றுமைக்கு நீ வழி தந்திடய்யா
இப் புத்தாண்டில் தமிழினம் நலம் பெற
இனிய நல்லருளைப் பொழிந்திடய்யா

ஓம்! அண்டங்களில் ஒளிர்கின்ற பல கோடி சூரியர்களுக்கும் ஒளி கொடுக்கும் இறைவா! எல்லா ஜீவராசிகளுள்ளும் நிறைந்திருக்கும் இறைவா! உன்னைச் சரணடைகின்றோம்! நீ எமக்கு நல்ல புத்தியையும், அன்பையும், அமைதியையும், சர்வ மங்களங்களையும், தருவாயாக!

வாசகர்களுக்கும், உலகனைத்தும் பரந்துவாழும் தமிழ்ச் சகோதரர்களுக்கும் உங்கள் அடியவனின் புத்தாண்டு வாழ்த்துக்கள் உரித்தாகட்டும்! நலன்கள் பொலியட்டும்!

- ஆசிரியர் : உங்கள் அடியார் -

CANADA GNANA MANTRAM
421 Jane Street, P.O Box # 25002
Toronto Ontario M6S 3Z0,Canada
Tel (416)769-7747

சாயிபாபா இறைவன் அவதாரம்

உலகிலே மனிதர்கள் மாக்களாகவும் (விலங்குநிலை), மக்களாகவும் (மனிதநிலை), மகான்களாகவும்(தெய்வநிலை), காணப்படுகிறார்கள். மிகவும் விரல்விட்டு எண்ணக்கூடிய நிலையில் உலகில் எப்போதும் மகான்கள் தோன்றிக்கொண்டே இருப்பார்கள். மக்களும் இழிவான குணமுடையவர்களாகவும், நல்லவர்களாகவும் பலதரப்பட்டவர்களாகவும் வாழ்ந்துகொண்டிருப்பார்கள்.

தெரிந்தோ தெரியாமலோ மக்கள் எல்லோரும் ஆன்மவிடுதலை எனும் உயர்ந்த நிலையை நோக்கித்தான் போய்க்கொண்டிருக்கிறார்கள் என்று சுவாமி விவேகானந்தர் கூறினார். எனவே மக்கள் தமது விடுதலையை அதாவது உயர்ந்த இறைநிலையை அடைவதற்கான வழியை மகான்கள் ஏற்படுத்திக் கொடுக்கிறார்கள், அதாவது அதற்கான வழியைக் காட்டுகிறார்கள். ஆனாலும் கால வெள்ளத்திலே உலகில் தர்மம் குறைந்து அதர்மம்(அநீதி, அக்கிரமம், வன்செயல்கள், பொய்) அதிகரிக்கிறது, இப்படியான காலங்களிலே அவதார புருஷர்கள் தோன்றுகின்றார்கள், இவர்களினால் அனேகமக்கள் அதர்மத்திலிருந்து காப்பாற்றப்படுகின்றார்கள். உலகமும் வீழ்ச்சியிலிருந்து காப்பாற்றப்படுகின்றது.

ஸ்ரீமத் பாகவத புராணத்திலே இறைவனின் அவதாரங்கள் பத்தென விளக்கப்படுகிறது. ஆனால் பல நூற்றுக் கணக்கான அவதாரபுருஷர்கள் உலகில் ஏற்கெனவே தோன்றியுள்ளார்கள், அவற்றுள் முக்கியமான பத்து அவதாரங்களே பாகவத புராணத்தில் வர்ணிக்கப்படுகிறது இனி வரப்போகும் கல்கி அவதாரம் பத்தாவதாகக் கொள்ளப்படுகிறது.

ஏற்கனவே உள்ள அவதாரங்களில் ஸ்ரீராம அவதாரமும், ஸ்ரீகிருஷ்ண அவதாரமும், மிகச்சிறப்பு வாய்ந்த அவதாரங்களாகக் கூறப்படுகின்றது. ஸ்ரீராமரும், ஸ்ரீகிருஷ்ணரும், மானுட வடிவிலே வாழ்ந்து அசாதாரண சக்தியை வெளிப்படுத்தி உலகுக்கு வழிகாட்டிகளாகவும் பக்தர்களைக் காத்தும் இரட்சித்தும் தங்களை அவதாரங்களாக காட்டிக் கொண்டார்கள்.

" அர்ஜுனா, எப்போது உலகில் தர்மம் வீழ்ச்சியுற்று அதர்மம் மேலோங்குகிறதோ அப்போது நான் என்னைப் படைத்துக்கொள்கிறேன்." (கீதை 4 - 7) என பகவான் ஸ்ரீகிருஷ்ணர் கூறினார்.

ஸ்ரீராமராகவும், ஸ்ரீகிருஷ்ணராகவும், புத்தராகவும், யேசுநாதராகவும், ஆதிசங்கரராகவும், நாயன்மார்களாகவும், சைதன்யதேவராகவும், ஸ்ரீராமகிருஷ்ண பரமகம்சராகவும், பகவான் ரமண மகரிஷியாகவும், ஏனைய அவதாரங்களாகவும், இயங்கியது எந்தசக்தியோ, அதே சக்திதான் இன்று பகவான் ஸ்ரீ சத்யசாயி பாபா வடிவிலும் இயங்குகிறது. இதே சக்திதான் பக்தர்களுக்கு சிவனாகவும், சக்தியாகவும், நாராயணனாகவும், இலக்குமி தேவியாகவும், சரஸ்வதி தேவியாகவும் தன்னை வெளிப்படுத்துகிறது.

மனக்குழப்பம் நீங்கிய ஞானிகள் கடவுள்கள் மதங்கள் எல்லாம் ஒன்றெனவே காண்கிறார்கள். ஆனால் ஆன்மீகம் படித்த அறிவாளிகள் சிலர் குழப்பம் அடைகின்றார்கள். குறைபாட்டைப் பார்த்துப் பழக்கப்பட்டவர்கள் பார்க்கும் எல்லாவற்றிலும் குறைபாட்டையே பார்ப்பார்கள். இக்காலத்துக் கல்வி முறை தர்க்கம் நிறைந்ததாகக் காணப்படுவதால், படித்தவர்கள் அநேகர் தர்க்கம் செய்து காலத்தைக் கடத்தி தாமும்

குழம்பி, சாதாரண மக்களையும் குழப்பத்தில் ஆழ்த்தி விடுகிறார்கள். இதனால் மக்கள் உண்மையை அறிய முடியாமலும், மனக்குழப்பத்திலும், நம்பிக்கை இழந்தும், மதத்தில் விசுவாசம் ஏற்படாமலும், வாழ்கிறார்கள். இதனால் தர்மம் வீழ்ச்சியடைகிறது.

தர்மம் வீழ்ச்சியடையும் போது மக்களுக்கு வழிகாட்டவும், உலகை நல்வழிப்படுத்தவும், இறைவன் தன்னை வெளிப்படுத்துகிறார். இன்று வேகமாகச் சுழன்று வரும் வாழ்க்கைச் சுழற்சியில் மாயை மக்களை தன்வசம் கட்டியிழுக்கிறது. மக்கள் ஆசையின் வலையில் விழுந்து, துன்பத்தில் சிக்கி அமைதியிழந்த நிலைக்கு தள்ளப்படுகிறார்கள். விரக்தி தலைதூக்கி, அவ்வப்போது வாழ்க்கையும் வெறுக்கும் நிலை ஏற்படுகிறது. ஆனாலும் மறுகணமே மனம் மாயையின் சமாதானத்துக்கு ஆளாகி மோக வாழ்வில் தள்ளப்படுகிறோம். மீண்டும் துன்பம், விரக்தி, அமைதியின்மை, இதெல்லாம் அதர்மத்தின் ஆட்சியில் நாம் பெறும் பலன்கள். அதர்மம் நம்மை ஆளுகின்றது அதிலிருந்து நாம் சுதந்திரம் அடையப் போராடுகின்றோம்.

அமைதியில்லா நிலையில் இருந்துஅமைதியை நோக்கி செல்ல விரும்புகிறோம். அமைதிநிலைதான் விடுதலை, முக்தி, மோட்சம் எனப்படுகிறது. நமது பிரார்த்தனையின் பயனாகவே இறைவன் நமக்கு குருவை அனுப்புகிறார். குரு என்பவர் சாதாரண சாதுவாகவோ, அல்லது மகானாகவோ, மகரிஷியாகவோ, அவதாரபுருஷராகவோ இருக்கலாம். ஆனால் மனப்பக்குவம் இல்லாத ஒருவருக்கு குரு அருகே இருந்தாலும் பயன் ஏற்படாது. குருவை அறிந்து கொள்வதற்கும், அவரை ஏற்றுக்கொள்வதற்கும், மனப்பக்குவமும் பூர்வபுண்ணிய பலனும் வேண்டும். சாதுக்களுக்கும் மகான்களுக்கும், அவதார புருஷர்களுக்கும் உள்ள வேறுபாடு என்ன?

ஆசைகளைத் துறந்து இறைவனைச்சரணடைந்து துறவிகளாக வாழ்பவர்கள் சாதுக்கள் என அழைக்கப்படுகிறார்கள். மகான்களோ சாதுக்களாக வாழ்ந்து கொண்டு பிறர் நன்மைக்காகவும், பிறர் விடுதலைக்காகவும் தம்மை அர்ப்பணிக்கிறார்கள். இவர்களால் பல நூற்றுக் கணக்கானவர்களோ பல்ஆயிரக் கணக்கானவர்களோ நன்மையடைகிறார்கள். ஆனால் அவதார புருஷர்களோ உலக நன்மைக்காக தோன்றுகிறார்கள். இவர்கள் மூலமாக பல கோடிக்கணக்கான மக்கள் மேன்மையடைகிறார்கள். கடந்த காலங்களில் நடைபெற்ற அவதாரங்களை நூல்கள் மூலம் படித்து அறிகிறோம். அவர்களை நேரில் பார்த்து அறிந்தவர்கள் யாரும் இப்போது இல்லை. பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர் பூரண அவதாரமாக அவதரித்தும், அவரைக்கூட பலர் எதிர்த்தும் தூஷித்தும், கபடன் என்றும், மாயவித்தைக் காரன் என்றும், கூறினார்கள். யேசுநாதரைக்கூட எதிர்த்தும் தூஷித்தும், சிலுவையில் அறைந்தும் கொன்றார்கள். ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணரைப் பயித்தியம் என்று தூஷித்தார்கள். குறைகேட்காமல் எந்த ஒரு மகானோ, அல்லது அவதாரமோ தோன்றியதில்லை. அறியாமையில் வாழுகின்ற மக்கள் குறைபாட்டைக் கூறிக்கொண்டே இருப்பார்கள். வரலாறுகள் எழுதும் பொழுது அந்த அந்தச் சமயத்திலுள்ளோர் சில உண்மைகளை எழுதாமல் மறைப்பதுண்டு. யேசுநாதர் இந்தியாவில் சிலகாலம் வாழ்ந்ததாக ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகிறபோதும் அவரது வாழ்க்கை வரலாறு பைபிளில் முழுவதுமாகக் கிடைக்கவில்லை. முழு உலக மக்களையும் திருப்தி செய்யும் அளவிற்கு எந்த ஒரு அவதார புருஷரும் தோன்றியதில்லை. ஒவ்வொரு அவதாரமும் முக்கிய ஒரு நோக்கத்திற்காகவே நிகழ்கிறது.



வாமனாவதாரம் பலியிடமிருந்து தேவர்களைக் காக்கவும், ராமாவதாரம் ராவணனை அழித்து ஏனைய அரசர்களைக் காக்கவும், கிருஷ்ணாவதாரம் பூபாரத்தைக் குறைத்து பக்தர்களுக்கு அன்ம ஈடேற்றத்தைக் கொடுக்கவும், மக்களை மூடர்களாக்கி வைத்திருந்த பிராமணர்களின் கொடுமையை ஒழிப்பதற்காக புத்த அவதாரமும், கால கதியில் சாரம் இழந்துபோன புத்தமதத்தின் பிடியிலிருந்து விடுவித்து இந்துமதத்தினை மீண்டும் நிலைநாட்டுவதற்காக சங்கர அவதாரமும், யூத குருமாரின் கொடுமைகளைக் கண்டித்து விழிப்புணர்வையும் அன்பையும் உலகுக்கு உணர்த்த யேசுநாதராகவும், எல்லா மதங்களும் ஒன்றையே நோக்கி வழி காட்டும் சாதனங்கள் எனும் உயர்ந்த வேதாந்தக் கொள்கையை உலகம் பூராகவும் அறிவிக்கவும், மனிதன் கடவுளைக் காணமுடியும் என்பதை தனது வாழ்க்கை மூலம் அறிவிக்கவுமே ஸ்ரீராமகிருஷ்ண அவதாரமும் ஏற்பட்டது.

பகவான் ஸ்ரீ சத்யசாயி பாபா யார்?

மானுட உடலில் பிரம்மம் தன்னை வெளிப்படுத்தும் போது அற்புதங்களும், அதிசயங்களும் நடைபெறுவது உண்மை தான். ஆனால் பயிற்சிபெற்றயோகிகளும் சித்துக்களைக் காட்டுகிறார்கள். சித்துக்களைக் காட்டும் யோகிகளும், சித்துக்களால் மக்களை மயக்கும் யோகிகளும் கீழ் நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டு விடுகிறார்கள். பாம்பாட்டிக்கு பாம்பினால் மரணம் ஏற்படுவதைப் போன்று, சித்துக்களைத் தவறாகப் பயன்படுத்தும் யோகிகள் சித்துக்களாலேயே தமது வீழ்ச்சிக்கு காரணமாகிறார்கள். சித்துக்கள் உலக நன்மைக்காகவும், மக்களின் நன்மைக்காகவும் நடக்கும் போது அது அற்புதமாகிறது. மக்களுக்கு விசுவாசத்தை ஏற்படுத்துவதற்கும் பக்திஉணர்வை அதிகரிப்பதற்காகவும் பாபாவினால் செய்யப்பட்டது சித்துக்களையும் கடந்த அற்புதச்செயல்கள்.

குறைபாடுகளை நினைக்கவும் பேசவும் பழகிய மனிதர்களுக்கு தங்களது அறிவுக்கு எட்டாத விடயங்கள் எல்லாம் குறைபாடுகளாகத்தான் தோன்றும். திராட்சைப்பழம் தனக்கு எட்டவில்லையே என்ற காரணத்தினால் திராட்சைப்பழம் புளிக்கும் என்று கூறிய நரியைப் போன்று நம்மில் பலர் வாழுகின்றார்கள். உண்மைய அறிந்து கொள்ளும் சக்தி இல்லாத காரணத்தால் உண்மையைப் பொய் என்று வாதாடுகிறோம். நமது அறியாமையால் செய்கின்ற தர்க்க வாதத்தைக் கொண்டு நாம் அறிவாளிகள் என்று நினைக்கிறோம்.

மரத்தின் பின்னால் நிற்பவனுக்கு மரத்துக்கு அப்பால் உள்ள யானையைப் பார்க்க முடியவில்லை அதனால் மரத்தைத் தவிர இங்கு வேறெதுவுமில்லை என வாதாடினானாம். யானையின் பின்னால் நிற்பவனுக்கு யானைக்கு அப்பால் உள்ளமரத்தைப் பார்க்க முடியவில்லை அவனும் யானையைத் தவிர இங்கு வேறெதுவுமில்லை என வாதாடினானாம். இருவரும் தமது நிலைகளை விட்டு விலகி வந்தால் உண்மை புரியும். அதேபோல நாம் படித்த கேட்ட சொற்ப விடயங்களை வைத்துக்கொண்டு உண்மையை சுலபமாக அறியவோ அன்றி எடை போடவோ முடியாது.

சிவநெறியை மட்டும் படித்தவர் சிவநெறிதான் உலகில் உண்மை என வாதாடுவார். வைஷ்ணவ நெறியைமட்டும் படித்தவர் வைஷ்ணவம் தான் உலகில் சிறந்ததென வாதாடுவார். குரானை மட்டும் படித்தவர் இஸ்லாம் தான் சிறந்ததென வாதாடுவார். பைபிளை மட்டும் படித்தவர்கள் கிறிஸ்தவம்தான் உலகில் சிறந்ததென வாதாடுவார்கள். இவர்கள் எல்லோரும் இன்றைய உலகில் கிணற்றுத் தவளைகளே. மற்றதை அறியமுடியாமை அதாவது அறியாமையில் இருப்பவர்கள், இவர்களை விட சமய நம்பிக்கை இல்லாத மக்களும்

அதிக அளவில் இருக்கத்தான் செய்கிறார்கள்.

குறிப்பிட்ட இடத்துக்குப் பிரயாணம் மேற்கொள்வதற்கு விமானசேவையை நாடுவோமானால் ஒரே இடத்துக்கு பல விதமான விமானங்கள் செல்கின்றன. நமக்கு இஷ்டமான விமானத்தை நாம் தெரிவுசெய்கிறோம். விமான சேவைகளின் தரமும் கட்டணமும் வித்தியாசப்படுவதால் நமது தகுதிக்குத் தகுந்தால் போல் விமானத்தைத் தெரிவுசெய்து பயணம் செய்வோம். லண்டன் பட்டணத்துக்கு பல விதமான விமானங்கள் சென்றடைவது போன்று எல்லா மதங்களும் இறைவனைச் சென்றடையும் பிரயாணத்துக்கு சாதனங்களாக உள்ளனவே.

ஒரு நாட்டுக்கு ஒரு விமானச்சேவை மட்டும் சொந்தமாக இருக்கும் சில நாடுகளுக்கு இரண்டு அல்லது இரண்டுக்கு மேற்பட்ட பெயரில் விமானச் சேவை இருக்கும். அதேபோன்று சில மதத்துக்கு ஒரு தலைவரும் ஒரு புனித நூலும் இருக்கும், சில மதங்களுக்கு பல கடவுளர்களும் பல தலைவர்களும் பல புனித நூல்களும் இருக்கும்.

இந்தியாவிலே பல மதமாற்றங்கள் நிகழ்ந்தன. சமண, பௌத்த, இஸ்லாமிய, கிறிஸ்தவ ஆட்சிகள் இந்தியாவை மாறி மாறி ஆண்டபோதும் இந்து மதத்தை அழிக்க முடியவில்லை மாறாக பலர் இந்துக் கொள்கைகளை ஏற்றார்கள். இந்துமதத்தை ஆராய்கிறார்கள். எல்லா மதங்களின் சாரமும் இந்து மதத்தில் இருப்பதைக் கண்டு எந்த வித திணிப்பும் இல்லாமல் இந்துக்களாக மாறி வருகிறார்கள்.

பெரும் மகான்களும் முனிவர்களும், அவதார புருஷர்களும் தோன்றிக்கொண்டே இருக்கும் சமுத்திரம் போன்ற மதம் இந்து மதமே. விசுவாசமும் பக்தியும் இல்லாதவர்கள் எந்த மதத்திலிருந்தாலும், தினமும் ஆலய சேவை செய்தாலும் அவர்கள்வாழ்க்கையை வீணடிப்பவர்களே. விசுவாசமும், பக்தியும் இல்லாதவர்கள் சாதுக்களையோ மகான்களையோ அவதார புருஷர்களையோ புரிந்து கொள்ள மாட்டார்கள்.

இன்று உலகம் பூராகவும் ஒரு பக்தி இயக்கம் உருவாகி நடைபெறுகிறது என்றால் அது சாயி பக்தர்களின் இயக்கம்தான். நாளுக்கு நாள் வளர்ச்சியடைந்து வரும் சாயிபக்தர்கள். காந்தத்தால் ஈர்க்கப்கடும் இரும்புகள் போல சாயிநாதரால் ஈர்க்கப் படுகிறார்கள். கிருஷ்ணன் என்றால் கவர்பவன் என்று பொருள். பக்தர்களைக் கவா்ந்து இழுக்கும் சக்தி அவதார புருஷர்களிடம் சுயமாகவே உள்ளது. அதுதான் இறை சக்தி.

கோடிக்கணக்கான விசுவாசிகள் ஈர்க்கப்படுகிறார்கள், அவர்களுடைய பக்தியும் விசுவாசமும் நாளுக்குநாள் உரம் பெறுகிறது. நேருக்கு நேர் காணாத பக்தர்களாலும் விசுவாசிகளாலும் ஈர்க்கப்படுபவர் யார்? சாதாரண சக்தியால் மக்களை உயர்ந்த நிலையாகிய பக்திமார்க்கத்தில் ஈடுபடச்செய்ய முடியுமா? பல கோடிக்கணக்கான பக்தர்களால் கவரப்படும் சாயிபாபா யார்? சாதாரண சாதுவா? அல்லது சித்தரா? அல்லது மகானா? யார்? அவர் அவதார புருஷரே!

ஒவ்வெரு அவதாரத்துக்கும் பின்னால் ஒரு நோக்கம் இருக்கும், அப்படியாயின் பாபாவின் அவதார நோக்கம் என்ன? எல்லா மதங்களிலும் உண்மை உள்ளது என்பதைமீண்டும் வலியுறுத்தவும், கலியுகத்தில் பக்திமார்க்கம் ஒன்றே சிறந்த மார்க்கம் என்பதை மக்களுக்கு உணர்த்தவும் மக்களை பக்திமார்க்கத்தில் ஈடுபடச்செய்யவும், ஜீவசேவையே சிறந்த தர்மம் என்பதைச் சுட்டிக்காட்டவும், மெய்யான பக்தர்களைக் காத்து அபயம் கொடுக்கவுமே ஏற்பட்டது இன்றைய சாயி அவதாரம்.

பஜனையும் கீர்த்தனையும்

இந்த யுகத்திலே யாகம் செய்வதையும் தவம் செய்வதையும் விட பஜனை கீர்த்தனைகளால் விரைவான ஆன்மீக முன்னேற்றம் கிடைக்கிறது. இறைவனுடைய நாமத்தைப் பாடப் பாட உள்ளம் தூய்மைஅடைகிறது. பாவங்கள் விலகுகின்றன. பலர் சேர்ந்து இறைவன் நாமங்களைப் பாடுவதால் பஜனை செய்பவர்களின் உள்ளத்தினூடாக புனித அலைகள் வெளிப்படுவதால் பஜனை செய்கின்ற இடத்திலும் அந்தச் சுற்றாடலிலும் உள்ள தீய அலைகள் துரத்தப்படுகிறது. புனித அலைகளால் பஜனை செய்பவர்களது பாவங்கள் சிறிது சிறிதாக அழிக்கப்படுகிறது. பஜனை மண்டபமும் அந்தச்சுற்றாடலும் காக்கப்படுகிறது. இறைவனுடைய நாமங்களை கைதட்டிப் பாடி ஆடும்போது எமது பாவங்கள் விலகிஓடும் என பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண பரமகம்சர் கூறினார்.

தீமைகள் நிறைந்து வரும் உலகில் மக்களை தீமைகளில் இருந்து காக்கிறது இறைநாம சங்கீர்த்தனம். பல நாடுகளிலே பல நகரங்களிலே கோடிக்கணக்கான சாயி பக்தர்கள் பஜனை செய்து வருகிறார்கள். இதனால் உயர்ந்த நன்மைகள் அடைவதோடு உலகமும் பல தீமைகளிலிருந்து காக்கப்படுகிறது. நம்பிக்கை, விசுவாசம், பக்தி உள்ளவர்கள் உண்மையின்பால் ஈர்க்கப்பட்டு உயர்வடைகிறார்கள். நம்பிக்கையும் விசுவாசமும் இல்லாதவர்கள் விதண்டாவாதங்களாலும் அறிய முடியாமையாலும் வாழ்நாளை வீணடிக்கிறார்கள்.

நாம் நமது அறிவுக்கண்ணை அகலத் திறந்து பார்த்தோமானால் பாபாவின் உருவிலே தர்மச்சக்கரம் சுழல்வதை அறியலாம். பாம்புப் புற்றுக்கள் நிறைந்த பூமியாகிய புட்டபர்த்தி புற்றுக்கள் நீங்கி புனிதத் தலமாகவும் புண்ணிய பூமியாகவும். நல்ல நகரமாகவும் மாறியுள்ளது. வருடந்தோறும் பல லட்சம் பக்தர்கள் சாயிநாதரின் தரிசனம் பெற புட்டபர்த்தி செல்கிறார்கள்.

ஸ்ரீ கிருஷ்ண பரமாத்மா வசித்த காலத்தில் அவரைத் தேடி துவாரகைக்கு மக்கள் சென்றதைக் கதை மூலம் படித்தோம், ஆனால் இன்று புட்டபர்த்திபுரியில் பக்தர் வெள்ளம் திரண்டு செல்வதைக் காணலாம்.

நம்பிக்கை! நம்பிக்கை! நம்பிக்கை! நம்பினார் கெடுவதில்லை இது நான்கு மறைகளாகிய வேதங்களின் தீர்ப்பு! உண்மையான அடியவர்களுக்கு சாயிநாதன் தன்னை வெளிப்படுத்துகிறார். முற்று முழுதாக இறைவனிடம் சரணடைந்தவர்கள் அவரை அறியாமல் போகமாட்டார்கள். ஆனால் பூர்வீக தீவினைகள் காரணமாக அறியும் சக்தி மங்கியவர்கள் அவரை நம்பும் சக்தி இல்லாதவர்களாக வாழ்கிறார்கள் அது அவர்களது துர்ப்பாக்கியமே.

பகவான் சாயிநாதரால் செய்யப்பட்ட அற்புதங்கள் மக்களை ஏமாற்றுவதற்காக அல்ல, மக்களை உயர்த்துவதற்காகவும் தன்னை யார் எனக் காட்டும் அடையாளமாகவே அற்புதங்களைச் செய்தார். அவர் மனித உருவிலே நடமாடுகின்ற அன்பின் திருஉருவம். கருணையின் ஆதாரம், அருளின் மறு உருவம், தர்மத்தின் செயற்பாடு, ஆழங் காணமுடியாத வேதங்களாகிய மறைபொருள்.

எல்லாவற்றுள்ளும் எல்லாமாகி நிற்பவனும் நானே என ஸ்ரீகிருஷ்ணரும், நானும் என் தந்தையும் வேறல்ல என யேசுநாதரும், ராமரும் நானே கிருஷ்ணனும் நானே என சைகையால் உணர்த்திய ஸ்ரீராமகிருஷ்ணரும், இப்போது நடமாடும் பகவான் ஸ்ரீ சத்திய சாயி பாபாவும் இறைவனின் அவதாரங்களே! இதை அறிந்தவர்கள் பாக்கியவான்களே!

சரணம் சரணம் சாயிராமா!
உன் திருவடி சரணம் சாயிராமா!
பக்தரைக் காக்கும் பரந்தாமா!
பாரெல்லாம் உன் நாமம் ஒலிக்கட்டுமே!
ஓம் சாயிராம்!



காயத்ரி மந்திரம்

- சுவாமி ஸ்ரீ சிவானந்தர் அருளியது -

மந்திரங்களிலெல்லாம் மிகவும் பெருமை வாய்ந்ததும், புகழ் பெற்றதும் காயத்ரி மந்திரமாகும். ஒவ்வொரு இந்துவின் வாழ்வாகவும் ஆதாரமாகவும் விளங்குவது காயத்ரியாகும். இந்த மந்திரத்தைப் பாராயணம் செய்பவனைக் காக்கும் ஆன்மீகக் கேடயமாகவும், கோட்டையாகவும் இது விளங்குகிறது. "ஜபிப்பவனைக் காப்பது" என்பதுதான் காயத்ரி என்ற வார்த்தையின் பொருளாகும். மனிதனை தேவனாக்கி அவனுக்கு மிக உயர்ந்த ஆன்மீக அறிவையும் ஒளியையும் நல்கும் தெய்வீக சக்தியே காயத்ரி. ஒருவரது வழிபடும் தெய்வம் எதுவாக இருந்தாலும், தினமும் ஒரு சில மாலைகள் காயத்ரி ஜபம் செய்வது(108 மணிகள் கொண்ட ஜபமாலை) அளவற்ற அற்புத பலன்களை அளிக்கும். மேலான பரமாத்மனை நோக்கிய ஒளியை வேண்டும் ஓர் ஒப்பற்ற சமரச பிரார்த்தனையே அது. பரப் பிரம்ம காயத்ரி மந்திரம் அனைத்து மந்திரங்களிலும் மிக முக்கியமானதாகும்.

எந்தப் பிரிவைச் சார்ந்த அந்தணனுக்கும் ஒப்பற்ற வழிகாட்டும் ஒளியாக இது சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. பிரம்மசரியத்தைக் கடைப்பிடிக்கும் பிரம்மசாரியாகட்டும், இல்லறத்தில் வாழும் கிருஹஸ்தராகட்டும், அல்லது ஓய்வுபெற்ற வானப்ரஸ்தனாகட்டும் இந்த மந்திரத்தைத் தினமும் பாராயணம் செய்ய வேண்டும். சன்னியாசி இந்த மந்திரத்திற்குப் பதிலாக 'ஓம்' ஜபம் செய்யலாம்.

உங்களுக்கு விருப்பமான எந்த உருவத்தில் நீங்கள் தியானம் செய்யும் போதும் காயத்ரி மந்திரத்தை நீங்கள் பாராயணம் செய்யலாம் என்பதுதான் இதன் தனிச் சிறப்பாகும். பக்தர்கள் பலரால் காயத்ரி ஒரு பெண் தெய்வமாகக் கருதப்படுகிறாள். கடவுளை அன்னையாக வழிபடுவோர் இவ்வாறு எண்ணுகின்றனர். ஆனால் உண்மையில் காயத்ரி மந்திரம் பெண்ணைப் பற்றிப் பேசுவதே கிடையாது. காயத்ரி மந்திரம் முழுவதும் பெண்ணைப் பற்றிய குறிப்பே கிடையாது. பெண்பாலாகத் தோன்றும் காயத்ரி வார்த்தை அதன் தேவதையைப் பெண்ணாக ஆக்கத் தேவையில்லை. "காயத்ரீ" என்ற பதம் சீர்வகையைக் குறிக்கிறதே தவிர காயத்ரி தேவியை அல்ல.

சிலர் காயத்ரி மந்திரத்தின் அதிஷ்டான தேவதை சூரியன் எனக் கருதுகின்றனர். உண்மையில் இந்தக் கருத்தும் சிறிது மாற்றிக்கொள்ளப்பட வேண்டியதே. அது குறிக்கும் சூரியன் நம் ஊனக் கண்களுக்கு முன் பூமிக்கு மேல் ஒளிரும் சூரியன் அல்ல; சூரியனோ அல்லது சந்திரனோ ஒளிர்விக்க முடியாத அந்த நிர்குண நிராகார பிரம்மனையே 'தத் ஸவிது:' - 'அந்த சூரியன்' என்ற பதம் குறிக்கிறது.

எனவே பரப் பிரம்மமே அதனது அதிஷ்டான தெய்வம். ஆகையால் இது எல்லா மந்திரங்களிலும் மிகச் சிறந்ததாகக் கருதப்படுகின்றது. எனவே பிற மந்திரங்களின் பின் செல்வானேன்? மந்திரங்களின் மகுடமாக விளங்குவது காயத்ரி. அனைத்து மந்திரங்களிலும் சக்தி வாய்ந்தது அதுவே.

" ந காயத்ரய: பரோ மந்த்ர:" - காயத்ரியை விடச் சிறந்த மந்திரம் கிடையாது.

காயத்ரியிலுள்ள ஒவ்வெரு வார்த்தையும், ஒவ்வொரு எழுத்தும் மிகச் சிறந்த வேதாந்த தத்துவத்தைத் தன்பால் கொண்டு திகழ்கிறது. காயத்ரி ஜபம் செய்யுங்கள். அது அமிருதமாகிய அழியா நிலையை அளிக்கவல்லது.

" **ஓம் பூர் புவஸ் ஸ்வ:**
தத் ஸவிதுர் வரேண்யம்
பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி
தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் "

- ஓம் :- பரப் பிரம்மத்தைக் குறிப்பது
- பூ :- பூலோகம் அல்லது பூவுலகம்
- புவ :- நட்சத்திர லோகம்
- ஸ்வ: :- தேவலோகம்
- தத் :- அந்த மேலான பரமாத்மா, கடவுள்.
- ஸவிது:-அனைத்தையும் உண்டாக்குபவர்
- வரேண்யம்:- வணங்கத்தக்க
- பர்க:- பாபத்தையும் அறியாமையையும் அகற்றுபவர்.
- தேவஸ்ய:- ஒளிரும், சுடர்விடும்
- தீமஹி:- நாம் தியானிக்கிறோம்.
- திய:- புத்தி, அறிவு
- யோ:- யார்.
- ந:- நம்முடைய
- ப்ரசோதயாத்:- தூண்டுவாராக, வழிநடத்துவாராக.

பொருள் :- இப் பிரபஞ்சத்தைத் தோற்றுவித்தவரும், வணங்கத்தக்கவரும், அறிவு மற்றும் ஜோதிவடிவானவரும், அனைத்துப் பாபத்தையும் அறியாமையையும் அகற்றுபவருமான அந்த மேலான தெய்வத்தின் மகிமையை நாம் தியானிக்கிறோம். அவர் நம் அறிவைத் துலக்குவாராக.

இதில் ஐந்து பகுதிகள் உள்ளன. ஓம் என்பது முதல் பகுதி. பூர் புவஸ் ஸ்வ: என்பது இரண்டாவது. தத் ஸவிதுர் வரேண்யம் என்பது மூன்றாவது. பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி என்பது நான்காவது. தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் என்பது ஐந்தாவது பகுதியாகும். இந்த மந்திரத்தை உச்சரிக்கையில் ஒவ்வொரு பகுதிக்குப் பிறகும் சிறிது இடைவெளி விடவேண்டும்.

காயத்ரி மந்திர்மாகிய இந்த ஒப்பற்ற பொக்கிஷத்தை இன்றைய இளைஞர்கள் புறக்கணிக்கின்றனர். இது உண்மையிலேயே மிகவும் வருந்தத் தக்கது.

ரஷாபந்தன் அல்லது ஆவணி அவிட்ட(ஜுலை ஆகஸ்டு)த்துக்கு அடுத்த நாள் காயத்ரி ஜப தினம் அனுஷ்டிக்கப் படுகிறது. இத்தினத்தில் குறைந்தது 108 தடவையாவது (1008 தடவை ஜெபித்தால் மிகவும் நல்லது) ஜெபம் செய்யுங்கள். பிறகு நாள் தவறாமல் தினமும் 108 முறை ஜபம் செய்யும் வழக்கத்தை மேற்கொள்ளுங்கள்.

புனிதமான காயத்ரி ஜப தினத்தால் உலகம் முழுவதும் காயத்ரியின் பெருமையை உணரட்டும்! இந்த வினாடி முதல் தினமும் காயத்ரியை ஜபிக்கும் விரதம் மேற்கொண்டு நீங்கள் மும்மடங்கு ஆசீர்வதிக்கப்பட்டவர்கள் ஆவீர்களாக! காயத்ரி மந்திரத்தின் உட்பொருளை நீங்கள் உணர்வீர்களாக!

புண்ணிய புருஷர்கள் மட்டுமே பிரம்ம வித்தை எனும் ஆன்மீக ஞானத்தை உங்களுக்கு ஊட்ட வல்லவர்கள். மறைநூல்களும் உங்களுக்கு உறுதுணையாகும்.

புத்தகத்தைப் படித்து மட்டுமே நன்றாகச் சமையல் செய்யக் கற்றுக் கொள்ள முடியாது போல, யோக வித்தையையும் படித்து மட்டுமே தெரிந்து கொள்ள முடியாது. அதே சமயம் ஒரு தக்க குருவுக்காக என்றென்றும் காத்திருக்கவும் கூடாது. ஆன்மீகத் தாபம் ஏற்பட்டதென்றால் உடனேயே உங்களுக்கு மிகவும் பிடித்த மறை நூல் ஒன்றின் துணையுடன் பயிற்சியைத் துவங்கிவிட வேண்டும்.

- சுவாமி ஸ்ரீ சிவானந்தர் -

பெற்றோர்களே நமதும், பிள்ளைகளினதும் எதிர்காலம்?

உலகம் முன்னேற்றம் அடைந்து கொண்டு போவதாகத் தோன்றுகிறது! ஆனால் உண்மையில் மாயைதான் முன்னேறுகிறது. இன்றைய உலகம் நம்மைப் பல வழிகளில் ஏமாற்றுகிறது. நின்மதி என்பது வெறும் சொல்லோடு நின்றுவிடுகிறது. தானாகக் கிடைக்க வேண்டிய சந்தோஷத்தை கஷ்டப்பட்டு வரவழைக்க வேண்டியுள்ளது. உலகம் நம்மை மேலும் மேலும் முட்டாள் ஆக்கிக்கெண்டிருக்கிறது.

மாயை நிறைந்த இந்த உலகத்திலே பிள்ளைகளின் எதிர்காலம் கேள்விக் குறியோடு நிற்கிறது. நாளுக்கு நாள் பிள்ளைகள் வழிதவறிக் கொண்டு போகிறார்கள். நாளுக்கு நாள் குடும்பங்களுக்குள் குழப்பம் பெருக்கெடுத்து, குடும்ப உறவு பிரிவினையில் தள்ளப்படுகிறது. இன்றைய உலகில் பல பெற்றோர்கள் தங்களது பிள்ளைகளின் வாழ்வு வீணாகிக் கொண்டு போவதையும், பிள்ளைகள் வழிதவறிப் போய்க் கொண்டிருப்பதையும் கண்டு வேதனைப்பட்டுக் கொணடிருக்கிறார்கள்.

உலகில் மாயைதான் அதிக சக்தியோடு நமக்கு முகம் கொடுக்கிறது. இதை அறியும் அறிவுள்ளவர்கள் தப்பித்துக் கொள்கிறார்கள். மாயை எமது சந்தோஷத்தையும் கெடுத்து பிள்ளைகளின் நல்வாழ்வையும் கெடுத்து விடுகிறது. நாம் மாயையில் இருந்து வெளியேற வேண்டும், உண்மையான இன்பம் பெற வேண்டும், உண்மையான அமைதி பெறவேண்டும், மகிழ்வான வாழ்வு வாழவேண்டும். பிள்ளைகளும் எதிர்காலத்தில் உயர்வான வாழ்வு வாழவேண்டும். இதற்கு வழி என்ன?

இன்று இளம் பிள்ளைகள் தான் தோன்றித்தனமாக தீய வழியில் சென்று கொண்டிருக்கிறார்கள். அவர்களின் எதிர்காலம் கேள்விக் குறியிலே நிற்கிறது, பெற்றோர்கள் வேதனையில் வாழுகிறார்கள், பணத்தால் இந்தப் பிள்ளைகளைத் திருத்தமுடியமா? பணம் பிள்ளைகளுக்கு நல்ல அறிவைக் கொடுக்குமா? நல்ல அறிவு இல்லாத பிள்ளைகளுக்கு எதிர்கால வாழ்வு சந்தோஷமாக அமையுமா? பிள்ளைகள் கெட்டுப்போவதைத் தடுத்து நிறுத்தப் பணம் உதவுமா?

பணம்! பணம்! பணம்!

பணத்தால் கட்டிலை வாங்கலாம் ஆனால் நித்திரையை வாங்கலாமா?

பணத்தால் உணவை வாங்கலாம் ஆனால் செமிபாட்டை வாங்கலாமா?

பணத்தால் உடுப்பை வாங்கலாம் ஆனால் அழகை வாங்கலாமா?

பணத்தால் வீட்டை வாங்கலாம் ஆனால் நல்ல இல்லறத்தை வாங்கலாமா?

பணத்தால் மருந்தை வாங்கலாம் ஆனால் ஆரோக்கியத்தை வாங்கலாமா?

ஆடம்பரப் பொருட்களை வாங்கலாம் ஆனால் சந்தோஷத்தை வாங்கலாமா?

வாழ்க்கையின் அடிப்படை அம்சங்களை பணத்தால் வாங்கவே முடியாது. அறிவு, பண்பு, ஒழுக்கம் இந்த மூன்றும் வாழ்க்கையின் முக்கியமான அம்சம், இவை இல்லாத வாழ்வும் கீழ்நோக்கிய பாதையில் சென்று அழிவுறும்.

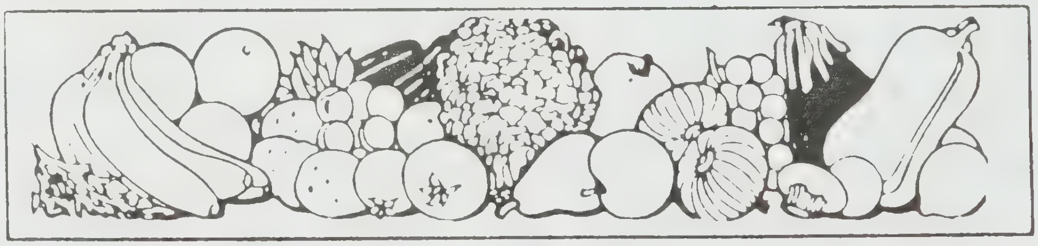
இன்று வெளிநாடுகளில் வாழுகின்ற தமிழர்களின் நிலை என்ன என்பதை நாம் கூர்ந்து பார்க்க வேண்டும்!

அன்ரனி பிறதர்ஸ்
ANTONY BROTHERS

- ☆ இலங்கை, இந்திய, கனேடிய உணவுப்பொருட்கள்
- ☆ உடன் மீன், இறைச்சி, பழவகைகள், உடன் மரக்கறி வகைகள்
- ☆ தமிழ் வீடியோக்கள்
- ☆ FAX, PHOTO COPY, LOTTERY, TTC TICKETS
- ☆ அன்பளிப்புப் பொருட்கள்
- ☆ சஞ்சிகைகள்
- ☆ முத்திரைகள்
- ☆ சிகரட் இன்னும் பல

TeL: (416) 588-0733
Fax: (416) 516-3903

1472 Queen St. West
(Queen / Lansdowne
Toronto



ANTONY BROTHERS FASHION HOUSE

- ☆ Gift Gallery
- ☆ Kitchen Aids
- ☆ Cyrtaubs
- ☆ Bathroom Sets
- ☆ Telephones
- ☆ Decoratives
- ☆ Clocks
- ☆ Touch Lamps
- ☆ Video/Audio Cassettes
- ☆ Singapore Clothes
- ☆ Fax / Photo Copy Service

1484 Queen St. West ((Queen / Lansdowne) Toronto

Tel: (416) 588-3447 Fax: (416) 588-0310

மேலைநாட்டு வசதிகள் அமைதியையும் சந்தோஷத்தையும் தருவதற்குப் பதிலாக அமைதியில்லாத நிலையையும் சந்தோஷமற்ற துன்பநிலையையும் தருகிறது. நமது வாழ்வும் சிறுவர்கள் எதிர்கால வாழ்வும் அமைதியானதாகவும், சந்தோஷமானதாகவும் அமைய வேண்டாமா? நமது பெரியோர்கள் பலமாக வலியுறுத்திய பொன்போன்ற அறிவுரைகளை சற்றுப் பார்த்தால் நமது அறிவு சிறிது விரிவடையும். "இளமையில் கற்றக வேண்டும்" "ஐந்திலே வளையவேண்டும்" என ஆழமாகச் சொன்னார்கள். அதாவது இளமையிலே கற்று இளமையிலே அதை உணர வேண்டும் என்பது தான். இளமையிலே கற்று உணரும் போது தான் அது ஆழமாக மனதிலே பதிந்து பழக்கமாக வெளிப்படும்.

நம்மவர்களிடையே கல்வி வெறும் உத்தியோகத்துக்காக போதிக்கப்பட்டதே தவிர வாழ்க்கை நலத்துக்காக போதிக்கப்படவில்லை. இதனால் தான் பட்டதாரிகள் வரை மன அடக்கம் இல்லாமல் இருப்பதும் படித்தவர்களால் எமக்கு வழிகாட்ட முடியாமலிருப்பதும், படித்தவர்கள் சுயநலத்துடன் வாழ்வதும்.

குழந்தைப் பருவம் முதலே பிள்ளைகளுக்கு ஒழுக்கம், பண்பு, அறிவு இம் மூன்றையும் ஊட்டவேண்டும். இந்த அடிப்படையாகிய அத்திவாரம் சிறந்த முறையில் அமைக்கப்பட்டால், வீட்டுக்கு அத்திவாரம் உறுதியாக இருப்பது போன்று வாழ்வும் உயர்வு பெற்று, அமைதியும் சந்தோஷமும் உண்டாகும்.

வாழ்வு உயர்வடைய தர்மம் மிக முக்கியம்!

அறம் செய்ய விரும்பு! அறம் என்பது வாழ்க்கையில் மிக முக்கியமாக கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒன்று. அறம் என்பது முழுக்க முழுக்க ஒழுக்கமே! ஒழுக்கம் இல்லாதவர்களிடம் மனக்கட்டுப்பாடு ஏற்படாது. மனக்கட்டுப்பாடு இல்லாதவர்க்கு வாழ்க்கையில் இறைவன் அருளும் ஏற்படாது, நலன்களும் ஏற்படாது. பிள்ளைகள் நல்லவர்களாவதற்கும், சிறந்த வாழ்க்கை வாழக் கூடியவர்களாவதற்கும், ஒழுக்கம் மிக மிக முக்கியம். இந்த ஒழுக்கத்தை சிறு வயதிலேயே கற்றுக் கொடுப்பது மட்டுமல்லாமல், உணர்விலே ஊறவிடவேண்டும், உணர்விலே ஊறினால்தான் அது பழக்கமாக மாறும்.

அறம் எனப்படும் தமிழ் வார்த்தைக்கு தர்மம் எனப்படும் வடமொழி வார்த்தை பொருந்துகிறது. இவ் இரண்டும் அதி உயர்ந்த ஒழுக்கங்களைத் தான் கூறுகின்றன. அதிஉயர்ந்த ஒழுக்கமாகிய தர்மத்தின் செயல்பாடுகளால் நமது வாழ்க்கையை உயர்த்த முடியும். இதனால் நமது பாவங்கள் போக்கப்படுகின்றது. பல நன்மைகளும் நம்மை வந்தடைகிறது.

கோவிலுக்கு கொடுப்பது மட்டும் தர்மமல்ல, தனது இனத்தவர்களோ அல்லது உலகின் வேறுபட்ட இனத்தவர்களோ யாராயிருந்தாலும் அவர்களுக்கு உதவுவதே சமய சேவையைவிட உயர்ந்த தர்மம். நோயாளர், வறியவர், அகதிகள் முதலியவர்களுக்குச் செய்கின்ற சேவை மிக உயர்ந்த தர்மமாகும். மனிதனை மனிதன் மதித்து வாழ்வது மிக உயர்ந்த தர்மமாகும்.

நாம் செய்கின்ற காரியங்கள், நினைக்கின்ற நினைவுகள் எல்லாம் மீண்டும் நம்மை நோக்கி வந்தடைகிறது, அவை வரும்போது பல மடங்காக வருகிறது. இதனால் தான் "நல்லதைச் செய் நீ நலமடைவாய்" எனப் பெரியோர்கள் கூறினார்கள். கேட்டுக் கொடுக்கும்(தர்மம்) பணம் சில மடங்காகத்தான் நமக்கு வரும், ஆனால் கேட்காமலே உள் அன்போடு கொடுக்கும் தர்மம் பல நூறு அல்லது ஆயிரம் மடங்காக நம்மிடம் வரும். வாழ்க்கையில் உயர்வுபெற நமக்கு உதவுவது தர்மமே! பொருளாகவும் இருக்கலாம், சரீரத்தால் செய்யும்

சேவையாகவும் இருக்கலாம், இரண்டும் தர்மமே.

பிள்ளைகளைத் தர்மம் செய்யப் பழக்குங்கள்! தர்மமே வாழ்வை வளமாக்கும்!

பிள்ளைகளைச் சின்ன வயதிலேயே தர்மம் செய்யப் பழக்க வேண்டும். தர்மம்தான் அவர்கள் எதிர்காலத்தை வளமாக்கும். தர்மம் தான் அவர்களை ஆபத்திலிருந்து காக்கும். தர்மம் தான் அவர்களைக் கெட்டவழியிலிருந்து காக்கும்.

சேர்த்து வைக்கும் சொத்தும் பணமும் ஏதாவது வழியில் அழிவடையலாம், ஆனால் செய்யப்படும் தர்மம் ஒருகாலமும் வீணாகாது. தர்மம் செய்து மீதியைச் சேமிக்கும் பழக்கத்தைக் கைக்கொள்பவர்களது பணமும் சொத்தும் நிச்சயம் அழிவிலிருந்து பாதுகாக்கப்படும். கோவிலுக்கு ஐம்பது டாலர்கள் கொடுத்தால் அது நூறு டாலர்களாகவோ, அல்லது இருநூறு டாலர்களாகவோ ஏதாவது வழியில் உங்களை வந்தடையும். இதே போன்று ஏழைகளுக்கோ, அகதிகளுக்கோ, நோயாளர்களுக்கோ, அனாதைகளுக்கோ, முதியவர்களுக்கோ நாம் செய்யும் சேவையோ அல்லது கொடையோ அது ஏதோ ஒரு வழியில் பல நூறு மடங்கோ அல்லது ஆயிரம் மடங்கோ நம்மைத் தேடி வரும். ஆலய சேவையைக் காட்டிலும் ஆண்டவன் விரும்புவது மனித சேவையே.

இந்த அதிமுக்கிய இரகசியத்தை அறிந்து உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு இதை ஊட்டி விடுங்கள். அவர்கள் இதைப் பழக்கத்தில் கொண்டார்களானால் நீங்கள் அவர்கள் எதிர்கால வாழ்க்கையைப் பற்றி கவலைப்படத் தேவையில்லை. அவர்கள் எதிர்காலத்தில் எல்லா நலனும் பெற்று வாழ்வார்கள்.

வீட்டில் காலை தினமும் கடவுள் வணக்கத்தின் போது 25சதமோ ஒருடாலரோ ஓர் உண்டியலில் போடப் பழக்குங்கள் அந்தப் பணம் கஷ்டப்படும் மக்களுக்காக அதாவது நோயாளர், அகதிகள், அனாதைகள், வயோதிபர்கள், வறியவாகள் ஆகியவாகளுக்கு பயன் படுவதையும் இது கடவுளுக்காக நாம் செய்ய வேண்டிய கடமை எனவும், கடையில் பணம் கொடுத்துப் பொருட்கள் வாங்குவது போல தர்மம் செய்து இறைவனிடம் நன்மை வாங்குகிறோம். என்பதையும் விளங்கப் படுத்துங்கள்.

பிறரைநிறைவாகப் பேசப் பழக்குங்கள், இந்தப் பழக்கத்தாலும் பிறர் மீது அன்பு வைப்பதாலும் பிறரும் உங்கள் பிள்ளைமீது அன்புவைப்பதல்லாமல் இறைவனும் மகிழ்கிறார். சமயம் கோவிலோடு நிற்பதல்ல! சமயம் வழிபாட்டோடு நிற்பதல்ல! வாழ்க்கையோடு சேர்ந்ததுதான் சமயம்! கடவுள் கோவிலோடு இருப்பவர் அல்ல அவர் எங்கும் நிறைந்திருப்பவர். முக்கியமாக மனிதருக்குள் வாசம் செய்கிறார்.

இறைவன் உண்மையில் விரும்புவது மனித சேவையையே!

வருமானத்தில் பத்து வீதத்தை தர்மத்துக்குக் கொடுக்கவேண்டும் என எல்லா சமயங்களும் வலியுறுத்துவது மக்களின் நன்மைக்காகவே. இன்று வளமோடு விளங்கும் நாடுகளில் உள்ள மக்களிடம் தர்மத்துக்காக கொடுக்கும் பழக்கம் இருப்பதைக் காணலாம். இதனாலேதான் இந்த நாட்டவர்கள் வளமோடு வாழ்கிறார்கள். ஒரு குடும்பம் செழிப்பாக வாழ்வதாக இருந்தால் அங்கே தர்மம் நடந்து கொண்டிருக்கும் அல்லது முன்பு நடந்திருக்கும்.

உலக யுத்தத்தின்போது ஜேர்மனி முற்றாக அழிக்கப்பட்டும் இன்று மிகச் சிறந்த நாடாகக் கட்டி எழுப்பியுள்ளார்கள் ஜெர்மானியர்கள். இதற்குக் காரணம் அவர்களது தர்ம சிந்தையே. அவர்கள் தமது நாட்டை, தமது மொழியை, தமது மதத்தை நேசிக்கிறார்கள். அதைவிட அன்னியர்களை நேசிக்கிறார்கள். யப்பானியர்களும் அதே போன்றே.

சில தீயவர்கள் நல்லாயிருப்பதும் அவர்கள் முன்பு செய்த தர்மத்தாலேயே. நல்லாயிருக்கும் போது அதர்மம் செய்தால் புண்ணிய பலன் குறைந்ததும் கஷ்டத்தை அனுபவிக்க வேண்டும். இதுவே தர்ம ரகஷ்யம். ஒருவருக்கு நன்மை

தீமை ஏற்படுவதும் அவரவர் செய்த வினைகளே அதாவது நற்காரியங்களும் தீய காரியங்களுமே அவர்களைத் தொடர்ந்து வருகிறது. முற்றும் உணர்ந்த முனிவர்கள் இதனைத் தெளிவாக உணர்ந்தே "நல்லதைச் செய்யுங்கள் நலமடைவீர்கள்" எனும் தர்ம தத்துவத்தை சொன்னார்கள்.

எங்கே சுயநலம் அதிகரிக்குதோ அங்கே தர்மம் விட்டு விலகுகிறது. யாழ்ப்பாணத்திலே வேலிச் சண்டைகள் அதிகரித்ததன் அடையாளம் தர்மம் நீங்கி அதர்மம் ஆகிய சுயநலம் அதிகரிக்கத் தலைப்பட்டமையாலேயே. இன்று என்னுடையது என்று கட்டிக்காத்த வீடுகள் சொத்துக்கள் என்னவானது? நாள்வைத்து மந்திரம் ஓதி வைத்த நிலைகளைக் கூட பிடுங்கிக்கொண்டு போய்விட்டார்களாம்.

நாம் எந்த நாட்டில் வசித்தாலும் தர்மம் இல்லாத சுயநல வாழ்வு வாழ்ந்தால் எதிர்காலத்தில் இப்படியான அழிவுகளில் சிக்கவேண்டிவரும். நமக்கு முந்தியவர்கள் விட்டுச்சென்ற சுயநலப் பழக்கம் நம்மிடம் தொடர்ந்து வருவதால் நாம் நாட்டைவிட்டு அன்னிய நாடுகளில் தஞ்சம் புகுந்தும் கூட நமது பண்பாட்டிலிருந்து எமது அடுத்த தலைமுறையினர் விலகிக் கொண்டு போவதை கண்கூடாகப் பார்த்துக்கொண்டும், இன்னும் நாம் சுயநலம் மிக்கோர்களாக வாழ்வது நமக்கும் நமது அடுத்த தலைமுறையினருக்கும், நமது இனத்துக்கும் செய்யும் மாபெரும் துரோகமாகும்.

இருப்பதை முழுக்கக் கொடுக்க வேண்டியதில்லை. மாதாமாதம் வருமானத்தில் பத்துவீதமாவது நல்லகாரியங்களுக்காக (தர்மத்துக்காக) கொடுங்கள். உங்கள் சொத்துக்களையும் சந்ததிகளையும் காப்பதற்காக நீங்கள் போடுகின்ற மூலதனமே தர்மம். கேட்காமல் தர்மம் செய்யக்கூடிய தர்மவான்கள் எமது ஈழத்தமிழரில் 25 வீதமானோர் இருந்தாலே போதும். நமக்கு நாடு கிடைக்கும் அமைதி கிடைக்கும். சுபீட்சம் கிடைக்கும்.

தினமும் தர்மத்துக்காக சிறுதொகை சேகரியுங்கள். இதைப் பிள்ளைகள் மூலம் சேகரிக்க வையுங்கள் அந்தப் பணத்தை எக்காரணத்தைக் கொண்டும் வேறு தேவைக்காக எடுக்காதீர்கள். சேர்ந்த பணத்தை மாத முடிவிலோ அல்லது இரண்டு மாதங்களிலோ தர்ம ஸ்தாபனங்களுக்குக் கொடுங்கள். இலங்கையிலுள்ள அனாதை இல்லங்கள், அகதிகள் பராமரிப்பு நிலையங்கள், போன்றவற்றிற்கு அனுப்பலாம். இப்போதைய நிலையில் நாம் செய்ய வேண்டியது ஈழஅகதிகளுக்கு முதலில் உதவக் கடமைப்பட்டுள்ளோம். இனவிடுதலைப் போராட்ட ஆதரவும் நாம் செய்ய வேண்டிய கட்டாய தர்மத்துள் அடங்குகிறது.

இனம் செழிப்போடு இருந்தால் நாடும் நல்ல அரசோடு இருந்தால் சமயசேவைக்கு முன் உரிமை கொடுக்கலாம். இனம் சீர்குலைந்து அரசுரிமைஇழந்த நிலையில் இருந்தால் இனத்துக்காகவும் நாட்டு விடுதலைக்காகவும் முதல் ஆதரவு நல்க வேண்டிய கடமை ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் இருக்கிறதென சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன.

நாட்டுக்காக, இனத்துக்காக, மொழிக்காக, வறியமக்களுக்காக, அனாதை, நோயாளர், வயோதிபர் , இவற்றுக்கெல்லாம் முன்னுரிமை கொடுத்துத் தர்மம் செய்ய வேண்டும். மீதியில் சமயத்துக்காக ஒரு வீதமாவது கொடு.

சமயத்துக்குக் கண்டிப்பாகக் கொடுக்க வேண்டும். ஆனால் இன்று நமக்கு இன உயர்வுதான் முக்கியம். இன்று நமது நாடாகிய தமிழ் ஈழத்தில் லட்சக்கணக்கான தமிழ் சகோதரர்கள் கடவுளைப் பிரார்த்திக்கின்றார்கள், இவர்களின் பிரார்த்தனையை இறைவன் எங்களிடமே விட்டுள்ளார். நாம் வசதியான நாட்டில் வாழ்கிறோம், இந்த வசதியை நமக்குக் கொடுத்து நமது இனத்தவர்களுக்குக் கஷ்டத்தைக் கொடுத்து முடிவை நம்மிடமே விட்டுள்ளார் இறைவன்.

நாம் மேலும் சுயநலக் காரர்களாக வாழ்ந்தோமானால் கேடு நம்மையும் சூழும்.

கனடாவிலே பல நாட்டு மக்கள் வாழுகிறார்கள். இந்தியாவிலிருந்தும் வந்து வாழுகிறார்கள். இந்தியர்கள் தமது நாட்டுக்குப் போய்வருவதற்கு வாய்ப்பிருக்கிறது. இதனால் அவர்கள் பிள்ளைகளை அங்கு அனுப்பிப் படிப்பிக்கிறார்கள். இந்த வசதி இருப்பதால் பெரும்பாலான இந்தியப் பிள்ளைகள் தமது கலாச்சாரத்திலும் சமயத்திலும் நல்ல ஒழுக்கத்திலும் வாழும் வசதியைப் பெறுகிறார்கள். நமது பிள்ளைகளின் எதிர்காலம் கெடும்வாய்ப்பே அதிகமாகக் காணப்படுகிறது.

நாம் சுயநலப் புழுக்களாக வாழ்ந்து, இனத்தை ஏன் சீரழிக்க வேண்டும். நமது பிள்ளைகளின் சிறப்பான வாழ்க்கையை ஏன் நாம் படுகுழிக்குள்தள்ள வேண்டும்.

முட்டாள்தனமான இருட்டு வாழ்விலிருந்து வெளிச்சத்துக்கு வருவோம். உண்மையான சமய வாழ்வு எது என்பதை அறிந்து கொள்வோம். சமயத்தைக் கோவிலோடு தள்ளிவிடக் கூடாது! சமயம் வீட்டிலே வளரவேண்டும்! வாழ்விலே கடைப்பிடிக்கப்பட வேண்டும்! (காயமே கோவில் என்றார்கள் நமது சித்தர்களும் முனிவர்களும், உனது சரீரமே இறைவனின் ஆலயம் என்றார் ஏசு) கோடிக்கணக்கான மனித ஆலயங்களில் இறைவன் குடிகொண்டு உலாவுகிறான். மனித ஆலயங்களை நாம் வணங்கி, மனித ஆலயங்களுக்கு நாம் சேவை செய்து, மனிதருக்குள் மறைந்திருக்கும் பரம் பொருளாம் சிவபெருமானின் அருளைப் பெற்று நலமடைய வேண்டும்.

தர்மம்(நன்மை) செய்வதால் உங்களுக்கு செல்வம் பெருகுவது மட்டுமல்ல உங்கள் மனம் தூய்மையடைந்து இறை உணர்வு உங்களிடமிருந்து வெளிப்படும். ஆடம்பரத்துக்காகச் செய்யும் செலவுகளையும், நேரங்களையும் குறைத்து தர்மத்தைச் செய்யுங்கள். தர்மமே நம்மையும் நமது சந்ததிகளையும் காக்கும் சிறந்த கருவி. நம் மனதில் முதலில் தர்ம சிந்தனை உதயமாகவேண்டும்.

- யாழ் சன்முகத்தார் மைந்தன் -

வளமுடன் வாழ நல்ல மந்திரங்கள்

ஒலிகளுக்கு மிகுந்த சக்தியுண்டு. இயக்கங்கள் எல்லாம் ஒலிக்கு ஆதாரமாகிய அதிர்வுகளின் மூலம் நடைபெறுகிறது. நம்மைச் சுற்றியுள்ள அதிர்வு அலைகளே நம்மை இயக்குகின்றன.

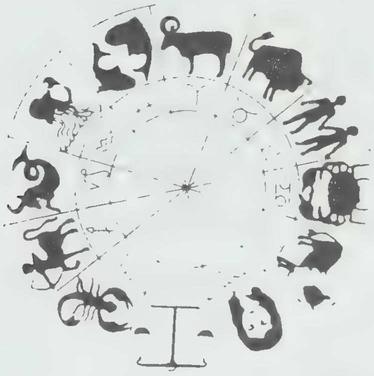
மந்திரங்கள் என்பது ஒலிகளின் அதிர்வு. ஒலி அதிர்வுகளால் உருவாக்கப்படும் சக்தியே மந்திரசக்தியாகும். சில ஒலிகளை முறைதவறாமல் குறிப்பிட்ட அளவில் வெளிப்படுத்துவதால் அதன் வலிமையால் அந்த மந்திரத்துக்குரிய குறிக்கோள் நிறைவேறும்.

மந்திரங்கள் நல்லகாரியத்துக்கும் உண்டு தீயகாரியத்துக்கும் உண்டு. நல்ல மந்திரங்களை உபயோகிப்பவர்களுக்கு ஒருநாளும் கெடுதல்வராது, நன்மையே வளரும். பிறரைக் கெடுப்பதற்காகப் பயன்படுத்தும் மந்திரங்களால் பிறருக்கும் கெடுதல் ஏற்பட்டு தமக்குப் பலமடங்கான கேட்டைப் பெறுவார்கள்.

எல்லா மந்திரங்களிலும் சிறந்த மந்திரம் இறைவனுடைய நாமமே! இறைவனுடைய நாமத்தை ஓதுபவர்களுக்கும், என்நேரமும் நினைப்பவர்களுக்கும் இன்பமும், அமைதியும் , நன்மைகளும் கிடைக்கின்றது.

ஒவ்வொரு தெய்வங்களுக்கும், தேவதைகளுக்கும், கிரகங்களுக்கும், ராசிகளுக்கும் பலவிதமான மந்திரங்கள் இருக்கின்றன. வாசகர்களின் நன்மை கருதி இம்முறை ஒவ்வெரு இராசிக்காரர்களுக்கும் நன்மை தரும் மந்திரங்களைப் பிரசுரிக்கிறோம். எல்லோரும் துன்பங்கள் நீங்கி நலமுடன் வாழ எல்லாம் வல்ல இறைவனும் அருள் புரிவானாக.

குறிப்பு: மந்திரங்களில் வரும் " : " இவ் அடையாளத்தை "ஹ" என உச்சரிக்க வேண்டும் (நம: என்பதை நமஹ என).



பன்னிரெண்டு ராசிக்காரர்களுக்கு

உலகில் உள்ள அனைவருமே பன்னிரண்டு ராசிக்குள் அடங்குவர். மனிதனாகப் பிறந்த ஒவ்வெருவரும் இன்ப துன்பத்தில் சுழன்றே வரவேண்டும் அப்படித் துன்பத்தில் சுழலும் காலத்தில், துன்பத்திலிருந்து விடுபட நமது சித்தர்களும், ரிஷிகளும் நமக்கு வழி கூறியுள்ளார்கள்.

மேஷ ராசி!

மேஷ ராசியில் பிறந்தவர்கள் துன்பம் வரும் சமயத்தில் கீழ்க்கண்ட சுலோகத்தை பதினெட்டு முறை கூறி "முருகனுக்கு" சகஸ்ரநாம அர்ச்சனை செய்தால் துன்பங்கள் நீங்கும்!

" ஷண்முகம் பார்வதீ புத்ரம்
க்ரௌஞ்ச ஸைவ விமர்த்தனம்
தேவஸேனாபதிம் தேவம் ஸ்கந்தம்
வந்தே ஸிவாத் மஜம் "

ரிஷப ராசி!

ரிஷப ராசியில் பிறந்தவர்கள் துன்பமான் சமயங்களில் மகாலட்சுமி பூஜை செய்தும், வெள்ளிக்கிழமை விரதம் இருந்தும் கீழ்க்கண்ட சுலோகத்தைக் கூறிவந்தால் நற்பலன் ஏற்படும்.

" ஸ்ரீ லஷிமீம் கமல தாரிண்யை
ஸிம்ஹ வாஹின்யை ஸ்வாஹ"

மிதுன ராசி!

மிதுன ராசியில் பிறந்தவர்கள் துன்பமான சமயங்களில் விஷ்ணுவுக்கு சகஸ்ரநாம அர்ச்சனை செய்து, கீழ்க்கண்ட மந்திரத்தை பதினோரு முறை தினசரி கூறிவந்தால் நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

" ஓம் க்லீம் ஸ்ரீ கிருஷ்ணாய நம: "

கடக ராசி!

கடக ராசியில் பிறந்தவர்கள் துன்பமான சமயங்களில் பௌர்ணமி தோறும் அம்பாளுக்கு சகஸ்ரநாம அர்ச்சனை செய்து விரதம் இருந்து, கீழ்க்கண்ட மந்திரத்தை ஜெபித்தால் நல்ல பலன் ஏற்படும்.

"ஓம் ஐம் க்லீம் ஸோமாய நம: "

(மீதி அடுத்த இதழில் தொடரும்)

மந்திரங்களை தினமும் 108 தடவைகள் 108 நாட்களுக்கு ஜெபம் பண்ணினால் உத்தம பலன் கிடைக்கும்.

வெற்றி உண்டாக!

நாம் எந்த காரியத்தைத் தொடங்குவதாக இருந்தாலும், விக்கினங்களை நீக்கி வெற்றியை தரும் விநாயகப் பெருமானை வழிபட்டே தொடங்குவது வழக்கம்! அப்படி நீங்களும் எந்த ஒரு நல்ல காரியத்தைத் தொடங்கும் முன்பு விநாயகப் பெருமானின் முன் நின்று கீழ்க்கண்ட ஸ்ரீ விக்னேச்வர ஷோடச நாம ஸ்தோத்திரத்தைத் தியானித்து, இந்த ஸ்தோத்திரத்தை சொல்லிக் கொண்டே சென்றால் தடைகள் விலகி வெற்றி உண்டாகும்!

"ஸுமுகச் சைகதந்தச்ச கபிலோ கஜகர்ணக:!
லம்போதரச்ச விகடோ விக்னராஜோ கணாதிப:!!
தூமகேதுர் கணாத்யக்ஷ: பாலசந்த்ரோ கஜானன:!
வக்ரதுண்டச் சூர்ப்பகர்ணோ ஹேரம்பஸ்கந்த பூர்வஜ:!!
ஷோடசை தானிநாமானிய: படேத்ச்ருணுயர்தபி!
வித்யாரம்பே விவாஹேச ப்ரவேச நிர்க்கமேததா!!
ஸங்க்ராமே ஸர்வ கார்யஷு விக்னஸ் தஸ்யஜாயதே!!

நல்ல மனைவி கிடைக்க

நல்ல மனைவியை அடைய விரும்பும் இளைஞர்கள் ஸ்ரீ துர்க்கையை வழிபட்டு, கீழ்க் கண்ட சுலோகத்தை ஜெபித்து வந்தால் சகல லட்சணமும் பொருந்திய நல்ல மனைவி கிடைப்பாள்.

" பத்னீம் மனோரமாம் தேஹி
, மனோவிருத்தானு சாரிணீம்!
தாரிணீம் துர்க்க சம்சார
சாகரஸ்ய குலோத்பவாம்!!

செல்வம் பெருக

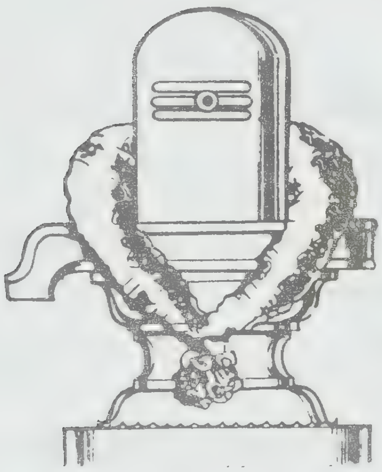
கீழ்க் கண்ட சுலோகத்தை லட்சுமியை தியானித்து ஜெபித்து வந்தால் செல்வம் பெருகும்!

"வெண்குமுத மலரேறிய மாதே
உன் திண்மையால் எனக்குத் திரம் தந்து
இன்புறு மிக வாழ்வருள்வாய் இசைந்து
ஓம் லட்சுமி நம
ஓம் ஸ்ரீதேவி நம
ஓம் கமலாசனி நம
ஓம் பத்ம பூஜனி நம
ஓம் மகா தேவி நம
ஓம் சங்க மாதா நம
ஓம் சக்ர மாதா நம
ஓம் கதா மாதா நம
ஓம் ஐசுவரியை நம"



சிவலிங்க வழிபாடு

தொடர் ஆக்கம்
செ.வேலாயுதபிள்ளை B.A (Hons)
இளைப்பாறிய கல்வி அதிகாரி, பரீட்சை உதவி ஆணையாளர் இலங்கை



சிவலிங்கத் தோற்றம் பற்றிய புராணக் கதை

சிவலிங்கத்தின் தோற்றத்தை விளக்கும் கதையொன்று புராணங்களிற் கூறப்படுகின்றது. அக் கதையின் சுருக்கம் வருமாறு:

படைத்தற் கடவுளாகிய பிரமனும் காத்தற் கடவுளாகிய திருமாலும் ஒருகால் இறுமாப்புக் கொண்டு, தமக்குள் யார் பெரியவன் என்பதை முடிவுசெய்ய முனைந்தனர். பிரமன் உலகங்களைப் படைப்பதால் தானே பெரியவன் என்று வாதிட்டான். அப்படைப்புக்களை எல்லாம் காப்பதால் தானே பெரியவன் என்று எதிர் வாதம் செய்தான் திருமால். இருவரும் கலாம் விளைத்த போது அவர்களின் நடு வே பேரொளிப் பிளம்பொன்று தோன்றியது. அதன் அடியும் முடியும் கண்ணுக்கு எட்டாதவாறு எல்லைகடந்து தோன்றவே, பிரமனும் திருமாலும் அவ்வாராய்ச்சியில் ஈடுபட்டனர். பிரமன் அன்னத்தின் உருவம் கொண்டு முடியைத்தேடி மேலே பறந்தான். திருமால் பன்றி உருக்கொண்டு அடியைத் தேடி பாதாளம்வரை அகழ்ந்து சொன்றான். இருவரும் தம் முயற்சியில் தோல்விகண்டு செருக்கொழிந்து மீண்டனர். பின்னர் இருவரும் வேண்ட ஒளிப்பிளம்பாய் நின்ற சிவபிரான் அப்பிளம்பினின்றும் தமது திருவுருவத்தை அவர்களுக்குக் காட்டி திருவருள் நல்கினார்.

இக்கதை பதினெண் புராணங்களுள் இடம்பெறும் சிவமகாபுராணத்திலும் வாமன புராணத்திலும் கூறப்பட்டுள்ளது. திருமூலர் இதனைப் பின்வரும் பாடல்க ளிலே குறிப்பிடுகின்றார்.

" பிரமனும் மாலும் பிரானேநான் என்னப்
பிரமன் மால் தங்கள் தம் பேதமையாலே
பரமன் அனலாய்ப் பரந்து முன் நிற்க
அரனடி தேடி அரற்றுகின்றாரே"

" அடி முடி காண்பார் அயன்மால் இருவர்
படிகண்டிவர் மீண்டும் பார்மிசைக்கூடி
அடிகண்டிலேன் என்றச்சுதன் சொல்ல
முடிகண்டேன் என்றயன் பொய் மொழிந்தானே"

தேவார திருவாசகங்களிலும் இக்கதை பலமுறை குறிப்பிடப்படுகின்றது. திருஞான சம்பந்தர் பதிகந்தோறும் ஒன்பதாம் பாடலில் இக்கதையை ஒரு நியதியாய்க் குறிப்பிடுகின்றார். திருமாலுக்கும் பிரமனு க்கும் இடையேநின்ற ஒளிப்பிளம்பே சிவலிங்க மூர்த்தி யென்றும், அவ்வொ ளிப்பிளம்பினின்று சிவபிரான் தமது உருவத் திருமேனியை அவ்விருவருக்கும் காட்டிய வடிவமே இலிங்கோற்பவ மூர்த்தி என்றும் புராணங்கள் கூறும். புராணங்கள் சிவனுக்குக் கூறும் மூர்த்திபேதங்கள் அறுப த்திநான்கினுள் முதற்கண் இலிங்கமும் அதனை அடுத்து இலிங்கோற்பவரும் வைக்கப்ப ட்டிருப்பதும் கருதத்தக்கது.

அனற்பிழம்பாகிய இலிங்கத்திலிருந்து சிவபிரான் வெளிப்படும் பாவனையில் அமைக்கப்பட்டிருப்பதே இலிங்கோற்பவ மூர்த்தியாகும். இலிங்கத்தின் முற்பக்கத்தில் நடுவே அண்ட வடிவில் வரைந்து, அதனுள்ளே சிவனது உருவம் நெற்றியிலிருந்து முழந்தாள் வரையும் வெளியிலே தெரியுமாறு உருவாக்கப்படுவதே இலிங்கோற்பவ மூர்த்தியின் அமைப்பாகும். அடிமுடி தேடிய புராணக் கதையும் சிவலிங்கமாவது தீப்பிளம்பின் வடிவமே என்பதை ஐயத்துக்கிடமின்றி நிலைநாட்டுகின்றது. சேக்கிழார் பெருமான் சிவலிங்கத்தின் உண்மை இயல்பை பின்வரும் ஒரு பாடலிலே மிக அழகாக விளக்கியுள்ளார்.

" காணாத அருவினுக்கும் உருவினுக்கும் காரணமாய்
நீணாகம் அணிந்தார்க்கு நிகழ்குறியாஞ் சிவலிங்கம்
நாணாது தேடியமால் நான்முகனும் காணநடுச்
சேணாருந் தழற்பிழம்பாய்த் தோன்றியது தெளிந்தாராய்"

இவ்வருமைத் திருப்பாடலிலே 'லிங்கம்' என்றும் வடமொழிச் சொல்லுக்கு உரிய உண்மைப் பொருள் இதுவென்பதையும் (2ம் அடி), சிவலிங்கம் திருமாலுக்கும் பிரமனுக்கும் காட்டிய தழற்பிழம்புத் தோற்றமே என்பதையும் (3ம் 4ம் அடிகள்), அது முதல்வனின் அருவத்திருமேனிக்கும் உருவத்திருமேனிக்கும் காரணமான அருவுருவத் திருமேனி என்பதையும் (1ம் அடி) சேக்கிழார் பெருமான் விளக்கியிருக்கும் திறன் வியந்து பாராட்ட த்தக்கது.

அடிமுடி தேடியகதையின் உட்பொருள்

அடிமுடி தேடிய செய்தி கதை வடிவிலே புராணங்களிலே கூறப்பட்டி ருப்பினும் அதற்குள் அரிய தத்துவப்பொருள் பொதிந்திருப்பதைப் பெரியோர் விளக்குவர். திருமூலர் ஒரு விளக்கந் தருகின்றார். திருமால் சிவலிங்க மூர்த்தியின் அடியை அறியமுடியவில்லை என்றால், அவன் சிவபெருமானது சக்தியை, அதாவது அருளை உணரமுடியவில்லை என்பதே உட் பொருளாகும். அடி என்பது சத்தியைக் குறிப்பது.

சத்தியே திருவருளாகும். பிரமன் முடியைக் காணாதபோதும் கண்டதாகப் பொய் சொன்னான். சிவலிங்கத்தின் முடி சிவ ஞானமாகும், ஆகவே பிரமன் சிவஞா னத்தைஉணரமுடியவில்லை என்பதே உட்பொருள். பிரமன் வேதங்களை ஓதுபவன் என்று சொல்லப்படுவதால், வேதங்கள் சிவஞானத்தை உணரவில்லை என்று கொள்ளல் வேண்டும். உண்மையான சிவஞானத்தைச் சிவாகமங்களே உணர்த்த வல்லன. அவ்வாறாகவும் இருக்கு முதலாம் நான்மறைகள் சிவஞானத்தை (மெய்ப்பொ ருளை) உணர்த்துவன எனக்கூறுவது பொய்யுரையாம். இதுவே பிரமன் முடியைக் கண்டதாகப் பொய் சொன்னான் என்பதன் விளக்கமாகும். இதுபற்றியே மணிவாசகரும்

'வேதங்கள் ஐயா என ஓங்கி ஆழ்ந்தகன்ற நுண்ணியனே' (சிவபுராணம் வரி 34-35) என்று அருளிச்செய்தார்.

(தொடரும்)

உங்கள் கேள்விகளுக்கு?????????? அடியாரின் பதில்கள்! ! ! ! ! ! ! ! !

1. எல்லா மதங்களிலும் உண்மை இருக்கிறது எனும் கொள்கை உடைய நீங்கள் எதற்காக கிறிஸ்தவப் பிரிவினரையும் மதம் மாற்றுபவர்களையும் கண்டிக்கிறீர்கள்

- ஸரான்லி துரைசிங்கம், ஸ்காபரோ -

எல்லா மதங்களிலும் உண்மை இருக்கிறது உண்மைதான். ஏனென்றால் உண்மை இல்லாவிட்டால் அது மதமாக உருவாக முடியாது. நான் கண்டிப்பது மூடத்தனத்தைத் தான். ஏனென்றால், மதம் மாற்றிகள் பாவிக்கும் துரும்பு என்னவென்றால் "பாவம்" என்ற சொல்லைத்தான். எல்லா மக்களிடமும் இயற்கையிலே பலவீனம் இருக்கிறது. இந்தப் பலவீனத்தால் ஏற்படும் செயல்பாடுகள் பாவமாக வடிவெடுக்கிறது. மக்களிடமுள்ள பாவங்கள் தெரிந்தோ தெரியாமலோ சந்தர்ப்பம் சூழ்நிலைகளால் ஏற்படுகின்றன. நம்மிடம் உள்ள பாவத்தை மதம் மாறுவதால் போக்கமுடியாது.

மதம் மாற்றப்பட்ட பலரைப் பார்க்கும் போது அவர்கள் முகத்தில் செந்தளிப்பைக் காண முடிவதில்லை. நாங்கள் பாவிகள் எனும் எண்ணம் மனதில் விதைக்கப்பட்டு அதே நினைவோடு இருப்பதால் முகத்தில் அது பிரதிபலிக்கிறது. அவர்கள் மதம் மாற முதல் எடுத்த படத்தையும் தற்போது இருக்கும் படத்தையும் பார்த்தால் அவர்களுக்கே வித்தியாசம் தெரியும்.

மேலும் இந்த மதமாற்றிகள் இந்து மதத்தினைக் குறைகூறியும், பழித்தும் தங்கள் மதம்தான் உண்மையானது எனவும் கூறிக் கொள்வார்கள். இந்த மத மாற்றிகள் யேசுநாதரின் போதனைகளைச் சொல்வதாகவும், பைபிளில் ஆதாரம் காட்டுவதாகவும் கூறி யேசுநாதரின் உண்மையான போதனைகளுக்குக் களங்கம் ஏற்படுத்துகிறார்கள். யாரையும் குறை கூறாதே எனும் யேசுநாதரின் போதனைகளை அறிந்த இந்த மூடர்கள் இந்து மதத்தைக் குறை கூறியும், யேசுநாதரின் போதனைகளை படித்தும் அதன்படி நடவாமலும், வெறும் [illegible] மக்களை பாவிகள் என்று தந்திரமான முறையில் பயமூட்டி உங்கள் பாவங்களைக் கர்த்தர் ஒருவர் தான் மன்னிப்பார் என்றும், எம்மோடு சேர்பவர்களுக்குத் தான் பரலோக ராஜ்யம் என்றும் அங்கே ஒரு துன்பமும் இல்லை என்றும் ஆசை வார்த்தைகள் காட்டி மக்களை முட்டாளாக்கியே மத மாற்றம் செய்கிறார்கள். எத்தனையோ கிறிஸ்தவர்கள் இலங்கையிலும் இந்தியாவிலும் கஷ்டப்படுகிறார்கள். அந்த மக்களுக்கு உதவிசெய்யும் நோக்கம் இல்லலமல் ஐரோப்பா நாடுகளிலும், கனடாவிலும் புலம்பெயர்ந்த தமிழர்களுக்கு சில சலுகைகள் காட்டி மதம்மாற்றுகிறார்கள்.

மக்களை மந்தைகளாக்கி மந்தைக் கூட்டத்தைப் பெருக்குவதுதான் இந்த மதமாற்றிகளின் நோக்கம்.

மக்களை ஆடுகள் ஆக்கி மந்தைகளாக்குவதல்ல உண்மையான மதம்.

மக்களை தெய்வ நிலைக்கு உயர்த்த முயல்வதே உண்மையான மதமும் மத சேவையும். மதம் மாற்றுவதென்பது மத சேவையல்ல. இது முட்டாள்தனமான சேவையே! உண்மையான கிறிஸ்துவின் விசுவாசி யாரையும் குறைகூறமாட்டான்! யாரையும் முட்டாளாக்க மாட்டான்! உண்மையான கிறிஸ்துவின் வழி நிற்பவன் தன்னைத் தூய்மையாக்கி மற்றவர்களையும் தெய்வ நிலைக்கு உயர்த்துவான். கீழ்நிலையாகிய மந்தை நிலைக்கு மக்களைத் தள்ளி முட்டாள்களாக்க மாட்டான்.

துறவு, அன்பு, தெய்வீகம் இதுதான் யேசுநாதரின் போதனைகளின் சாரம். ஆசைகளைத் துறந்துவிடு. பிறர்மீது அன்புவை. இதனால் தெய்வீகம் பெறுவாய் இதுவே யேசுநாதரின் போதனையின் சாரம். யேசுநாதரின் காலத்தில் இருந்த மக்கள் பகுத்தறிவு குறைந்திருந்தார்கள். அவர்களுக்குப் போதிப்பதற்காகவே சில உவமை உவமானங்களைக் கூறினார். அவரது சீடர்கள் க

மீன்பிடிப்பது போன்ற சாதாரண தொழில்களில் ஈடுபட்ட சாதாரண தொழிலாளர்களே. மந்தை மேய்ப்பவனை தனக்கு உவமானமாகக் கூறி தான் ஒரு வழிகாட்டி என்பதை அறிவுறத்தினார். இந்த வாக்கியத்தைக் கூட சரியாகப் புரிந்து கொள்ள முடியாத இந்த மதம் மாற்றிகள் நீங்கள் ஆடுகள், இந்த மந்தைக்கு மேலும் புதிய ஆடுகளைக் கொண்டுவாருங்கள் என்றல்லவா கேட்கிறார்கள். (மந்தைகளில் ஆடுகள் சேர்க்கப்பட்டால் வருமானம் அதிகரிக்கும்!)

இந்து மதத்தைப் பெருமையாகப் பேசுவதற்கு பல காரணங்கள் இருக்கின்றன. இந்து மதம் மதம்மாற்ற முனைவதில்லை. மற்றைய மதங்களைக் குறை கூறுவதில்லை, எல்லா மதங்களின் சாரம் அனைத்தையும் தன்னுள்ளே கொண்டுள்ளது, எல்லா மதங்களுக்கும் ஆதாரமாயுள்ளது, சாதாரண மக்களை உயர்ந்த தெய்வ நிலைக்கு உயர்த்துகிறது. யோக சாஸ்திரம், சோதிட சாஸ்திரம், வைத்திய சாஸ்திரம், போன்ற விஞ்ஞான சாஸ்திரங்களை உலகுக்கு அளித்திருக்கிறது. இன்றைய விஞ்ஞனத்தின் அடிப்படை தத்துவங்கள் யாவும் எப்போதோ இந்து மத சாஸ்திரங்களில் கூறப்பட்டவையே.

ஆனால் இன்றைய விஞ்ஞானம் மக்களுக்கு உதவுவதாகச் சொல்வது தவறு. மக்களுக்கு வசதிகளைக் காட்டி ஆசைகளுக்கு உட்படுத்தி அழிவுக்குத் தள்ளுகிறது. இரசாயண மருந்துகள், இரசாயணக் கலப்புள்ள நச்சு வாயுக்கள் வாயு மண்டலத்தில் கலத்தல், நச்சுத்தன்மை கொண்ட போராயுதங்களினால் வரப்போகும் உலக யுத்தத்தால் மனித இனத்துக்கே பெருங் கேட்டை விளைவிக்கப் போகிறது. இது தான் இன்றைய விஞ்ஞானம்.

இந்த விஞ்ஞானிகள் பெரும்பாலும் எந்த மதத்தைச் சார்ந்தவர்கள்? இந்த விஞ்ஞான அபிவிருத்தி நாடுகளின் தலைவர்கள் எந்த சமயத்தைச் சார்ந்தவர்கள். அந்தக் காலத்திலே அரசர்கள் சாஸ்திரங்களை நன்கறிந்து ஆட்சிசெய்த போது, மக்கள் மகிழ்வோடு வாழ்ந்தார்கள். வாழ்வுக்கும் உயர்வுக்கும் வழிகாட்டும் சாஸ்திரங்கள் நிறைந்தது இந்து மதம். ஆனாலும் சில மூடக் கொள்கைகள் இருப்பது உண்மைதான். இந்தக் குறைபாடுகளினால் தான் மதம் மாற்றிகளுக்கு சில இந்துக்கள் இரையாகிறார்கள். ஆனால் இந்து மதத்தின் சிறப்புக்களை அறிந்து இன்று பல லட்சக் கணக்கான இந்துக்கள் அல்லாத பிற மதத்தினர் இந்து மதத்தைத் தழுவுகின்றார்கள். இந்துக்களாகிய பலர் மகான்களாகி, தெய்வநிலைக்கும் கூட உயர்ந்துள்ளார்கள். மக்கள் மதித்துப் போற்றி வணங்கும் அளவுக்கு பல மகான்கள், தூய்மையான பல இறை தூதர்கள் உருவாகிவருவதும் இந்து மதத்திலேயே. இந்து ஒருவன் பிற மதத்தைத் தழுவினால் அவன் தனது நிலையைக் குறுக்கிக் கொள்கிறான் அதாவது சமுத்திரத்து மீன் கிணற்றில் விடப்படுவது போலாகும். ஆனால் இந்து மதத்தில் சேர்வது கிணற்றில் இருந்த மீன் சமுத்திரத்தில் விடப்படுவதுபோலாகும்.

புதிய ஏற்பாட்டில் யேசுநாதரின் வாழ்க்கை வரலாறு 12 வயதிலிருந்து 30 வயது வரை உள்ள காலம் விடப்பட்டு விட்டது. இந்த விடப்பட்ட காலத்தை பல ஆராய்ச்சியாளர்கள் ஆராய்ந்து அவர் இந்தியாவிலே இருந்து யோகசாதனைகள் பயின்றதாகத் தெளிவு படுத்துகிறார்கள். அப்படியாயின் யேசுநாதரும் இந்துத் துறவியாக வாழ்ந்திருக்க வேண்டும். இந்து மதத்தின் பெருமைகள் பல!

2. ஆரம்பத்தில் மதம் புத்தகத்தை இலவசமாகக் கொடுத்தீர்கள், இப்போது விலை போட்டு விற்கிறீர்களே, சமயத்தை வியாபாரம் ஆக்கலாமா? (இது பலர் கேட்ட கேள்வி)

கொடுக்க எனக்கு நிறைய விருப்பம் தான் ஆனால் பேப்பர் இலவசமாக வாங்க முடியாது, அச்சுக் கூடத்தினர் இலவசமாக அச்சு வேலை செய்து தரமாட்டார்கள், அச்சமைப்பு (Type setting) இலவசமாகச் செய்யமுடி யாது. இதற்கு மேலாக எனது எழுத்து நேரம், புத்தக வினியோகம், அச்சுக்கூடத்தில் அச்சடித்த தாள்களை ஒன்றுசேர்த்து ஸ்ரேப்பிள் **(Staple)** அடித்து புத்தகமாக்கும் வேலைகள் யாவும் என்னால் இலவசமாகச் செய்யப்படுகிறது. மேலால் என்பணத்தையும் செலவிடுகிறேன், விளம்பரம் சேகரிப்பதற்காக அலைவது, விளம்பரப் பணம் வாங்க சிலரிடம் பத்துத் தடவைகளுக்கு மேல் சென்றால் தான் வாங்க முடியும். ஒரு சிலரிடம் விளம்பரப் பணம் வாங்க முடிவதில்லை. இதற்குமேலும் எனது நேரத்தில் பெரும் பகுதியைச் செலவிடுவதால் வீட்டில்

மனைவியும் மக்களும் அழுத்தம் கொடுக்கிறார்கள். இத்தனை சிரமங்களுக்கும் மத்தியில் இந்த சேவையைச் செய்து கொண்டு எந்த வித அரசாங்க நன்கொடையும் இல்லாமல் எப்படி இலவசமாக வழங்க முடியும்? கடையில் அதிக புத்தகங்கள் விலைப்படுவதில்லை அதனால் வீடுகளுக்கு வினியோகம் செய்ய வேண்டியுள்ளது.

மேலும் இந்த சேவை எனது நன்மைக்காகச் செய்யவில்லை. எமது இனத்தின் எதிர்காலம் கனடாவில் கேள்விக் குறியாக இருக்கிறது. சமய கலாச்சாரம், குடும்பப் பண்பாடு, மொழி, முதலியன அடுத்த தலைமுறையினரிடமிருந்து மறைந்து விடும் சாத்தியக் கூறுகள் இருக்கிறது. பெற்றார்களும் வேதனைப் படுகிறார்களே தவிர ஆக வேண்டியதைக் கவனிக்க தவறுகிறார்கள். சமய அனுட்டானங்களும் சாரமிழந்த நிலையிலேயே நடக்கிறது. இனத்துக்கு சீரழிவு ஏற்படும் போதும் இனத்தவர்கள் தர்மத்தை விட்டு விலகும்போதும், அவர்களுக்கு நல்வழியைக் காட்ட வேண்டியது கற்றவர்களுடைய கடமை. சிறு துரும்புக்குச் சமானமாகிய இச் சிறியவன் ஏதோ சிறு வேதாந்த அறிவை உணர்ந்ததாலும், இறைவனின் கருணையாலும் எனது இனத்துக்காக இனத்தின் நல்வாழ்வுக்காக இந்தப் புண்ணிய காரியத்தைச் செய்கிறேன். இனத்துக்காக, மொழிக்காக, சமயத்துக்காக சேவை செய்ய வேண்டியது ஒவ்வொரு மனிதனது கடமையும்கூட. ஒவ்வொருத்தரும் இனத்துக்காக சிறிதளவாவது ....

நாம் ஏதாவது இனத்துக்காகச் செய்தால்தான் இனம் வளரும். தானாக மரம் வளருமா? தமிழன் திருந்த மாட்டான் என்று ஒரு தமிழன் சொன்னால் அவன் தன்னையே கேட்கவேண்டும் இனத்துக்காக என்ன செய்தேன் என்று. நானும் தமிழன் திருந்தமாட்டான் என்று சொன்ன ஒரு வடிகட்டிய முட்டாளாக இருந்தவன்தான். நான் என்ன செய்தேன் எனது இனத்துக்கு என்கிற உணர்வினால் இன்று என்னால் முடியக்கூடிய இந்தத்தொண்டைத்தான் செய்ய முடிகிறது. உண்மையில் இனத்துக்காக போராடி மடியும் வீரர்களுக்கு முன்னால் நான் ஒரு தூசுதான். போராட்டங்களுக்கு மத்தியிலே அல்லல் படும் எனது மக்களின் மத்தியிலே நான் ஒரு பயனற்ற சோத்தியே.

வெளிநாடுகளில் உள்ள எமது மக்கள் சில நல்ல விடயங்களை அறிந்து கொள்ள சந்தர்ப்பத்தை ஏற்படுத்துவதே இந்தப் புத்தக வெளியீடு. இலவசமாகக் கொடுத்துப் பழக்குவதால் மக்களைக் கீழான பழக்கத்துக்குத் தள்ளிவிடுகிறோம். எதையும் இலவசமாகக் கொடுக்கவும் கூடாது, வாங்கவும் கூடாது.

உண்மைகளில் ஒன்றை உங்கள் கேள்வி மூலம் அறிந்து கொள்ளுங்கள். நீங்கள் இலவசமாக எதைப் பெற்றாலும் பெற நினைத்தாலும் உங்களிடமிருக்கும் நன்மையையோ புண்ணியத்தையோ இழக்கிறீர்கள். இலவசமாகப் பெறும் பழக்கம் உங்களைக் கீழோராக்கிவிடும். இலவசமாகப் பெறும்பழக்கம் இருந்தால் தர்மம் உங்களை விட்டு விலகிவிடும். பெரியதோ, சிறியதோ உங்களுக்கு எது கிடைத்தாலும் அதற்குப் பிரதி உபகாரமாக பணமோ அல்லது சரீர உதவியையோ கொடுத்து விடுங்கள். இதனால் உங்கள் புண்ணியம் காப்பாற்றப்படுகிறது. நீங்கள் எதையும் இழப்பதில்லை. எப்போதும் உயர்ந்தவராகவும் இறைவனுக்குப் பாத்திரமானவர்களாகவும் இருப்பீர்கள்.

"ஒருவன் பொய்யாகப் பிச்சை கேட்டாலும் பரீட்சை பண்ணாமல் கொடு. பொய்யாகப் பிச்சைகேட்பவன் பாவத்தை அனுபவிப்பான். நீ பிச்சையென்று கேட்டபோது கொடுத்ததால் உயர்ந்த நன்மை(புண்ணியம்) பெறுவாய்" என சுவாமி விவேகானந்தர் கூறினார்.

நல்லதைச் செய்யப் பழக வேண்டும். கஞ்சத்தனத்தால் பல நன்மைகள் இழக்கப் படுகின்றன. நல்லதே(அறம்) நம்மைக் காக்கும்.

எவனால் பகவத்கீதை சிறிதளவாவது படிக்கப்பட்டதோ, கங்கை நீர் ஒரு துளியாவது பருகப்பட்டதோ, முராரியான பகவானுடைய பூஜை ஒரு தடவையாவது செய்யப்பட்டதோ அவனுக்கு யமபயமில்லை.

அஞ்ஞானத்தால் தோன்றிய அனைத்தும் ஞானம் உதித்தவுடன் மறைந்து போகின்றது.

ஒருவனுக்கு, 'நான்' 'என்னுடையது' என்ற சொற்கள் எப்பொழுது முற்றும் அர்த்தமற்றவை யாகின்றனவோ அப்பொழுது அவன் ஆத்ம ஞானியாகின்றான். - ஸ்ரீ சங்கரர் -

இந்துத் தமிழ்ப்பெண்ணாக வாழும் நோர்வே நாட்டுப் பெண்மணி

நோர்வேயில் ஒஸ்லோ நகரில் வாழும் திருமதி திலீபன் அஸ்திரிக்மூர் எனும் பெண்மணி நோர்வேநாட்டின் அரசபரம்பரையில் பிறந்தவராவார். சிறிய வயதிலேயே மறுபிறவி நம்பிக்கையினால் கவரப்பட்டு இந்து மதத்தின் மீது நம்பிக்கை கொண்டிருந்த இவர், தமது விருப்பத்துக் கேற்ப ஈழத்தமிழரான திரு திலீபன் திருச்செல்வத்தை மணந்தார். நோர்வே நாட்டில் ஒஸ்லோ நகரில் வசிக்கும் இத்தம்பதியர்களுக்கு சீதா, அஜந்தா என இரு அழகிய பெண் குழந்தைகள் இருக்கிறார்கள்.

திரு திலீபன் தன் இனத்திலும் மதத்திலும், மொழியிலும் பற்றுமிகுந்தவராக விளங்கிவருகிறார். ஒஸ்லோ நகரில் அமைந்துவரும் இந்து ஆலயத்தை அமைப்பதற்கு அரும்பாடுபட்டு வருகிறார். இவர் நோர்வே நாட்டு இந்து கலாச்சார மாமன்றத்தின் ஆரம்ப ஸ்தாபகராக விளங்குகிறார்.

திலீபன் குடும்பத்தினர் 95ல் கனடாவுக்கு விஜயம் செய்திருந்தார்கள். அவர்கள் தமது உறவினரான ஆசிரியர் செல்லத்துரை சோமசுந்தரம் அவர்கள் வீட்டில் தங்கியிருந்தார்கள். அங்கேதான் எனது குருநாதர் ஸ்ரீ பிரகாஷ்மயானந்தரும் அதிகமாகத் தங்குவார். எனது குருநாதரைச் சந்திக்கும் நோக்கோடு அங்கு சென்றபோது திலீபன் குடும்பத்தினரை எனக்கு அறிமுகம் செய்து வைத்தார்கள். திலீபனின் மனைவியான வெள்ளைக்காரப் பெண்மணி எனக்கு வணக்கம் கூறினார், எனக்கோ சற்று ஆச்சரியம், வெள்ளைக்காரப் பெண்மணி சேலை உடுத்திக்கொண்டு நெற்றியில் குங்குமத் திலகம் வைத்துக் கொண்டு வணக்கம் கூறும்போது ஆச்சரியம் தான்.



திலீபன் தம்பதிகள்

திருமதி திலீபன் அஸ்திரி தமிழ் நன்றாகப் பேசுவதுமட்டுமல்ல தனது இருகுழந்தைகளுடனும் தமிழில் உரையாடி அவர்களைத் தேவாரம் படித்துக்காட்டும்படி கூறிய போது மழலைக் குரலில் கைகூப்பி வணங்கிநின்று ஓம் நமச்சிவாய மந்திரம் கூறி பக்தியுடன் தேவாரம் படித்தபோது மெய்சிலிர்த்தது.



சீதாவும் அஜந்தாவும்

திரு திலீபனுடனும் அவர் மனைவியுடனும் சிறிது நேரம் உரையாடிய போது நோர்வேயில் நம் ஈழத் தமிழர்களின் சமய கலாச்சார நிலைமைகளைப் பற்றியும், அதன் வளர்ச்சிபற்றியும் அறியக் கூடியதாக இருந்தது.

ஐரோப்பிய சொகுசு வாழ்வைப் புறக்கணித்து விட்டு தமிழ்க் கலாச்சாரத்தை பின்பற்றுவதால் குடும்பத்தில் அமைதியும் மகிழ்ச்சியும் நிலவுவதாக கூறுகின்றார் திருமதி திலீபன் அஸ்திரி. தினமும் நெற்றியில் தவறாது பொட்டுவைக்கிறார். நோர்வே அரசாங்கத்தில் வேலைபார்க்கும் இவர் வேலைக்குப் போகும் போதும் பொட்டு வைத்துக்கொண்டே செல்வாராம். தமிழ்ப் பெண்கள் பொட்டுவைக்காமல் செல்வதைக் காண வருத்தமாக உள்ளதாக கூறுகிறார்.

. சிவனின் மூன்றாம் கண்ணான நெற்றிக்கண் ஞானத் தீயாகவும் செந்நிறமாகவும்இருப்பதாகவும், இது காக்கும் சக்திமிகுந்ததாகவும், குங்குமம் இத் தத்துவத்தைக் குறிப்பதோடு இந்துக்களின் புனிதச் சின்னமாகவும் விளங்குகிறது எனும் ஆழமான தத்துவத்தைக் கூறும் திருமதி அஸ்திரி திலீபன் தற்கால பெண்கள் சமுதாயத்தின் முன்னோடியான பெண்ணாகவும், சிறந்த தாயாகவும், ஈழத்தமிழர்களுக்குக் கிடைத்த பாக்கியமாகவும் விளங்குகிறார்.

ஆங்கில ஐரோப்பிய மோகத்தினால் தமிழைப் பேச வெட்கப்படும் நமது சில ஈழத் தமிழர்களுக்கு அன்னை அஸ்திரி ஒரு பாடமாக உள்ளார். தமிழ் புராதன மொழியாக இருந்தாலும் ஏனைய மொழிகளை விட பல மேன்மையான சிறப்பு க்களைக் கொண்டு விளங்குகிறது. ஐரோப்பிய நாகரீகம் வாழ்க்கைக்கு வசதி களை மட்டுமே காட்டுகிறது. இந்த நாகரீக வழிகளால் குடும்ப ஒற்றுமை, குடும்ப மகிழ்ச்சி, நின்மதியான வாழ்வு, இவற் றுக்கெல்லாம் வழிகாட்ட முடிவதில்லை. வசதியிருந்தும் மகிழ்வான குடும்பம் அமைக்க முடியாவிட்டால் வாழ்க்கை அர்த்தமற்றது. மனம் போனபடி வாழும் அர்த்தமற்ற மேற்குநாட்டு வாழ்க்கையை விட அர்த்தங்கள் நிறைந்ததும். ஆனந்தமும் அமைதியும் தரும் தமிழரின் பண்பாடே வாழ்க்கைக்குச் சிறந்தது. வாழ்க்கையும் மதமும் வேறு என்று மக்கள் நினைக்கிறார்கள். மதத்தைப் பிரித்துவிட்டு வாழும் வாழ்க்கை கீழ்ப்பட்ட விலங்கு வாழ்க்கையாகும். மதத்தை விட்டு வாழ்க்கையோ வாழ்க்கையை விட்டு மதமோ விலகி நின்றால், இரண்டுக்குமே மதிப்பில்லை.

மதமும் வாழ்க்கையும் பின்னப்பட்டு இருப்பதுதான் தமிழ்க் கலாச்சாரம். உலகிலே உள்ள மொழிகளை ஆராய்ந்து பார்த்தால் தமிழின் சிறப்பையும் மேன்மையையும் வேறெந்த மொழிகளிலும் காணமுடியாது. வேறுகலாச்சாரங்களை ஆராய்ந்து பார்த்தால் தமிழ்க் கலாச்சாரத்தைப்போண்று சிறப்பைக் காண முடியாது. தமிழும் தமிழ்ப்பண்பாடும் தெய்வீகத்துடன் பின்னிப் பிணைந்துள்ளது. மோகத்துக்கு அடிமைப்பட்டவர்கள் தமிழராகப் பிறந்தாலும் இதன் சிறப்பை உணரவோ அனுபவிக்கவோ முடியாது.

தமிழின் சிறப்பை உணர்ந்து தமிழ்மகனை மணந்து, இந்துத் தமிழ்ப் பெண்ணாகமாறி சிறந்த தமிழ்த்தாயாகவும் உயர்வுபெற்று விளங்கும் அன்னை அஸ்திரிக்கு தமிழ் இனம் என்றும் கடமைப் பட்டுள்ளது. இன்றைய தமிழினத்தின் சீரமைப்புக்கு இவர் சிறந்த வழிகாட்டியாக உள்ளார். வீட்டில் விரத அனுட்டானங்களும் விருந்தோம்பலும், சிறப்புடன் அனுசரிக்கும் இவர்கள் வாழ்வையும் சமயத்தையும் இணைத்தே வாழும் தம்பதியராவர்.

திலீபன் குடும்பத்தினர் இறைவன் அருளால் நலன் பல பெற்று நீண்ட காலம் நலமோடு வாழ எமது நல்வாழ்துக்கள்.

ஓம் நமச்சிவாய!

அன்பர்கள் வசதி கருதி அமெரிக்கக் கோவில்கள் சிலதும், சுவாமி சச்சிதானந்தர் ஆச்சிரமத்தினதும் விலாசங்கள் கீழே தரப்பட்டுள்ளது:

பிற்ஸ்பேர்க்:(Pittsburgh) ஸ்ரீ வெங்கடேஸ்வரர் ஆலயம்.

1. SriVenkateswara Temple, South McCully Drive, Penn Hills,(412)373- 3380 Fax: (412) 373- 7650 Postal address: P.O.Box 17280, Pittsburgh, PA 15235

2. Hindu Jain Temple(5 miles from S.V.Temple) Illini Dr , Monroeville (412) 325- 2073

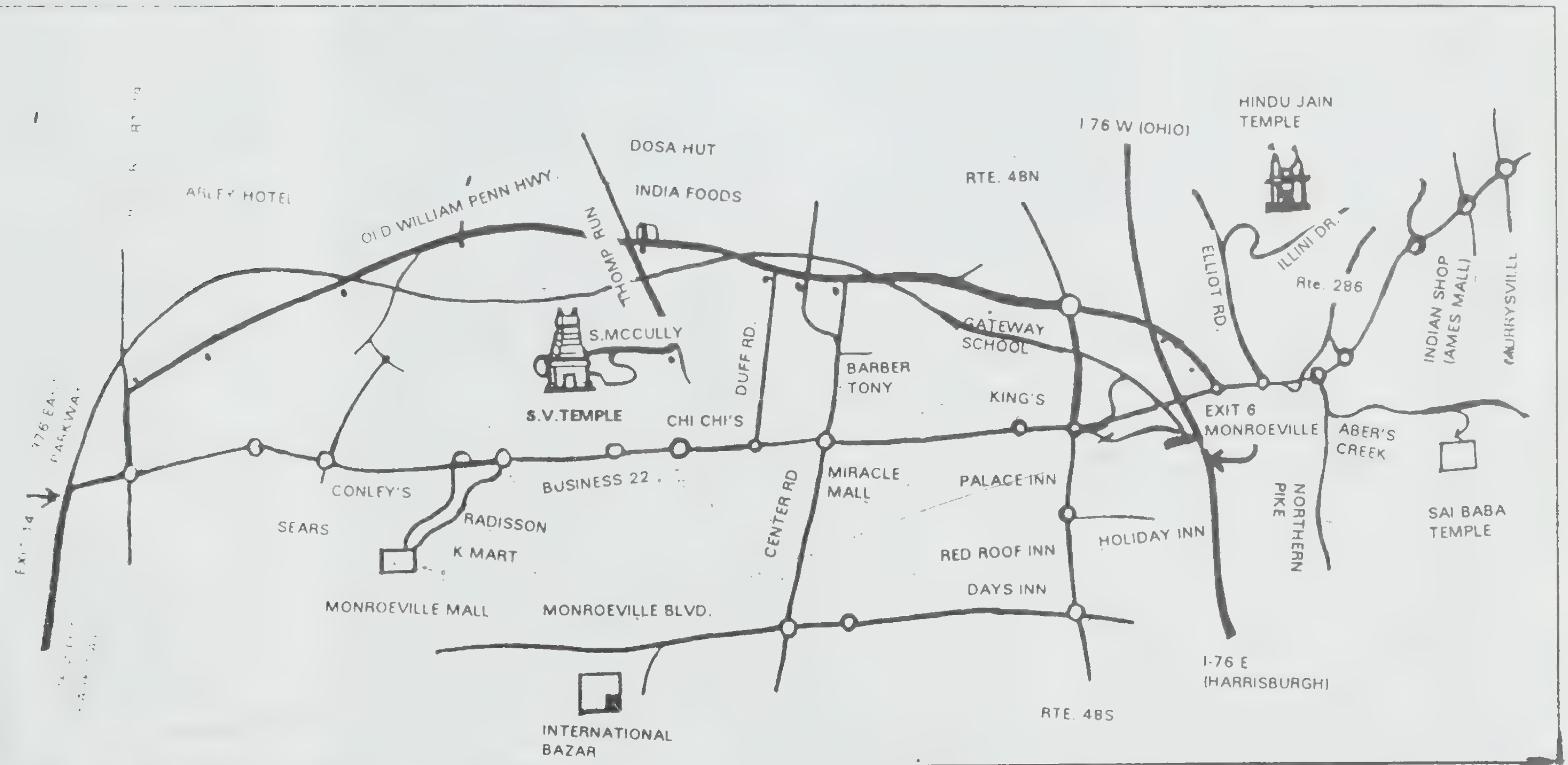
3. Gurdwara(4 miles from S.V.Temple) 4407 Mckenzie Dr. Monroeville (412) 372- 8890

4. Sai Baba Temple(6 miles from S.V.Temple) Abers Creek Road (412) 823- 1296 & 374- 9244

வெஸ்ற் வெர்ஜினியா: (West Virginia)

5. Palace of Gold Wheeling(America's Taj Mahal),(304) 843- 1600 & 6. New Vrindaban, Radha Krishna Temple,(304) 845- 5999, Rdl Box 319 Moundsville, WV 26041 (Lodging available 304-845 5905)(70 miles, 2 hours from S.V.Temple)

(மேற்காணும் 2,3,4,5,6ம் தலங்களுக்குச் செல்லும் வழி விளக்கங்களை ஸ்ரீ வேங்கடேசர் ஆலயத்தில் பெற்றுக் கொள்ளலாம், கீழே வெங்கடேசர் ஆலயவழி வழி வரைபடம் தரப்பட்டுள்ளது)



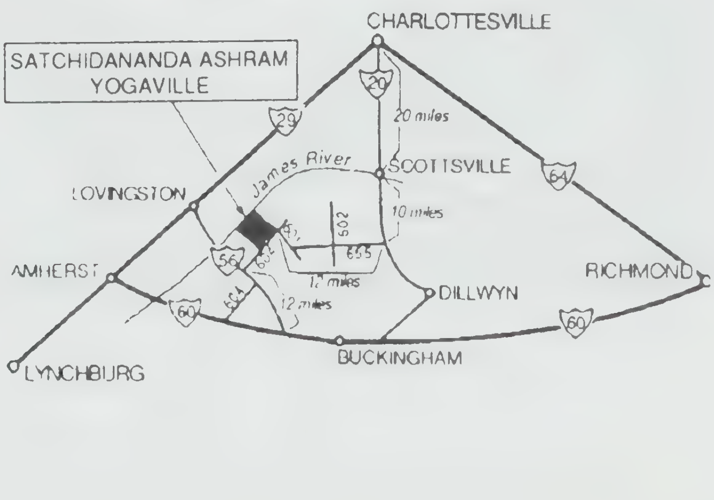
வெர்ஜினியா: Virginia

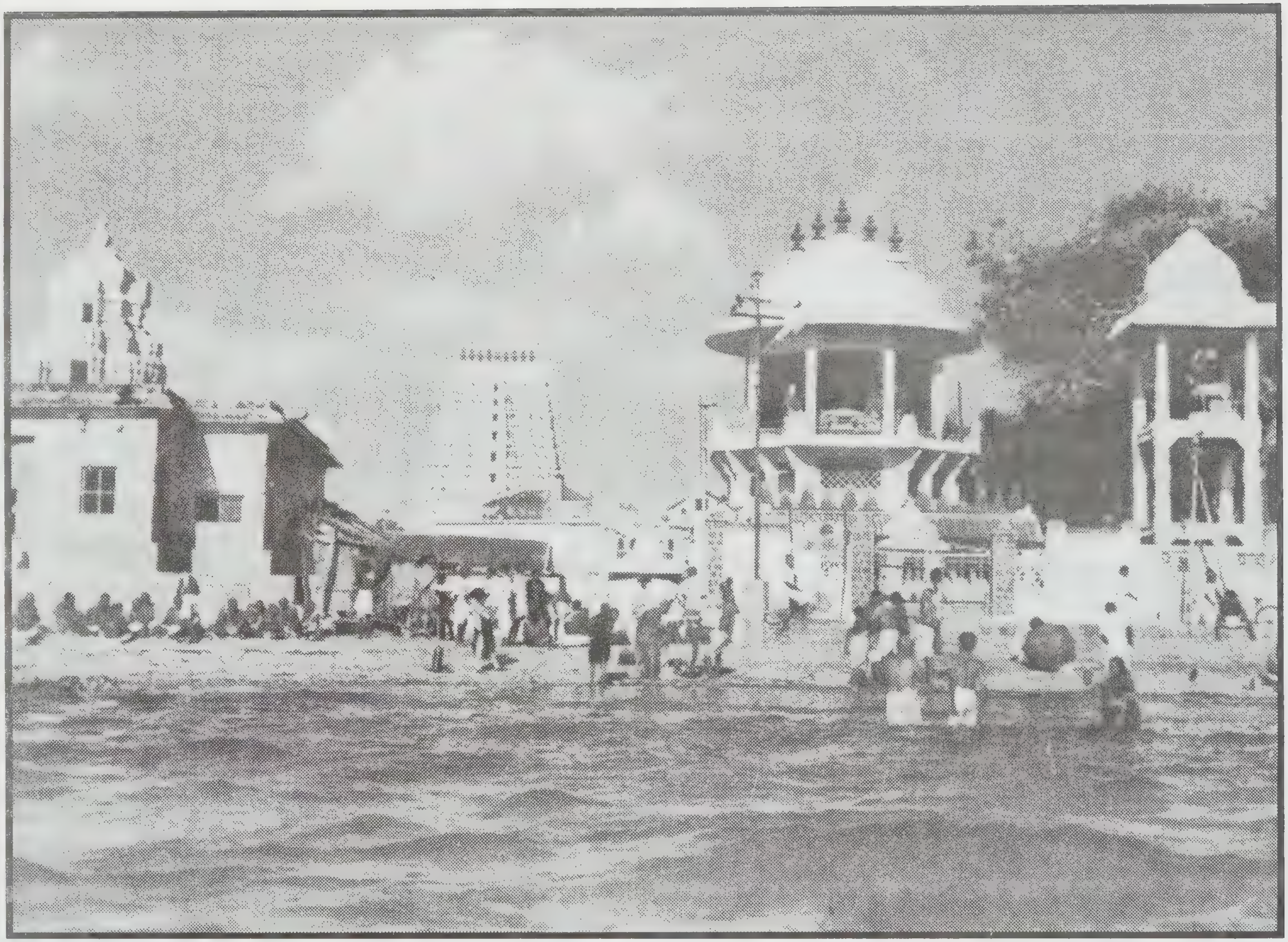
சுவாமி சச்சிதானந்தர் ஆச்சிரமம்

Satchidananda Ashram - Yogaville
Buckingham, Virginia 23921
Tel: (800) 858- YOGA(9642)
or (804) 969- 3121(outside USA)

இங்கே தங்குமிட வசதிகளும் உண்டு
முன்கூட்டியே தொடர்பு கொள்வது நன்று

ஆச்சிரம வழிக்கான வரைபடம்





96 செப்டம்பர் மாதம் 30 நாட்கள்

விஷேட இந்திய திருத்தலங்கள் யாத்திரை

கட்டணம் ஒருவருக்கு 3200 டாலர்கள்

- நீண்ட தூரப் பயணங்கள் விமான மூலமும் சிறுதூரங்கள் சொகுசு பஸ்வண்டி

இப் புனித யாத்திரையில் கலந்து கொள்ளும் யாத்திரிகர்களை இம் மதம் சஞ்சிகையின் ஆசிரியரான உங்கள் அடியாரே அழைத்துச் செல்கிறார்.

பக்தி உணர்வைக் கூட்டும் இறைவனின் நாமபஜனை கீர்த்தனையுடன் யாத்திரை மேற்கொள்ளப்படும்

இந்த யாத்திரைமுழுவதும் வீடியோ மூலம் படப்பிடிப்பு செய்யப்பட்டு யாத்திரையில் பங்குகொள்வோருக்கு ஒரு பிரதி இலவசமாக வழங்கப்படும்

வடஇந்தியா

இமயமலைச் சாரலான **ரிஷிகேசம்,** **சுவாமி சிவானந்தர் ஆச்சிரமம்,** **ஹரித்துவாரம்,** *ஸ்ரீ கிருஷ்ணர் அவதரித்த* **மதுராவும்** *கோகுல லீலைகள் புரிந்த* **பிருந்தாவனமும்,** *புனிதகங்கைத் தீர்த்தத் தலமான* **காசி,** **காயா,** **புத்தகாயா,** *கல்கத்தாவில் ஸ்ரீராம கிருஷ்ணருக்குக் காளிதரிசனம் கொடுத்த* **தட்சினேஸ்வரம்,** *சுவாமி விவேகானந்தரால் உருவாக்கப்பட்ட* **பேலூர் மடம்.**

விஷ்ணுபக்தர்களின் முக்கிய தலமான **பூரி ஜெகந்நாதர் ஆலயம்,** *கோனாரக்* **சூரியபகவான் ஆலயம். (உலக அதிசயங்களில் ஒன்றான தாஜ்மகாலையும் பார்வையிடும் வாய்ப்பு கிடைக்கிறது)**

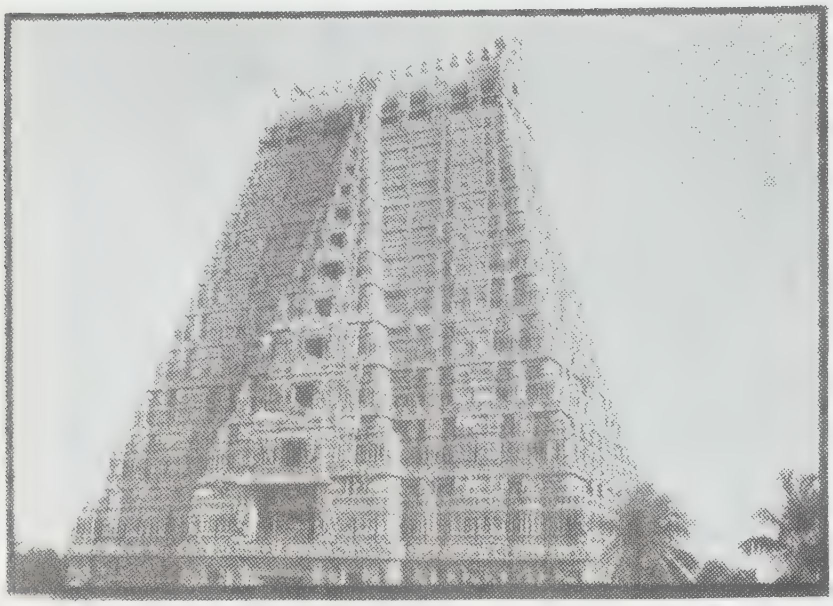
தென் இந்தியா

இன்றைய அவதாரி **பகவான் சாயிபாபாவின் புட்டபர்த்தி திருத்தலம்,** *சிவத்தலங்களான* **திருவண்ணாமலை,** **திருக்காளாத்தி,** **திருவானைக்காவல்,** **சிதம்பரம்,** **திருவாரூர்,** **இராமேஸ்வரம்,** **தஞ்சைப் பெரியகோவில்,** *முருகப் பெருமானின் ஆறு படைவீடுகளான* **திருத்தணி,** **பழனி,** **பழமுதிர்ச்சோலை,** **திருப்பரங்குன்றம்,** **திருச்செந்தூர்,** **சுவாமிமலை,** *திருச்சி* **உச்சிப்பிள்ளையார்,** **ஸ்ரீரங்கம்,** **மதுரைமீனாட்சிஅம்மன் கோலவில்,** *சனிதோஷம் நீக்கும் தீர்த்தத் தலமான* **திருநல்லாறு,** **வைத்தீஸ்வரன் ஆலயம்**(*காண்டம் வாசிப்பதில் திறமையானோர் இங்குதான் உள்ளனர்*), **மயிலை கபாலீஸ்வரர் ஆலயம்,** **திருமலை, திருப்பதி, பத்மாவதிஆலயம்** **காஞ்சிபுரம்,** **மேல்மருவத்தூர்,** **ஸ்ரீரமணமகரிஷிகள் ஆச்சிரமம்,** **யோகிராம் சுரத்குமார் ஆச்சிரமம்,** **காஞ்சிப்பெரியார் ஆச்சிரமம்,** **கன்னியாகுமரி.**

இவ் விஷேட திருத்தல யாத்திரைக்கு இன்னும் சில ஆசனங்களே உண்டு வரவிரும்பும் அன்பர்கள் தொடர்புகொள்ளுங்கள்.

அடியார் (416) 769-7747

யாத்திரைத் தலங்களும் புண்ணிய பலன்களும்!



பார்க்கும் இடமெங்கும் நீக்கமற நிறைந்திருப்பவர், எல்லாம் வல்ல பரம் பொருள். அவர் இல்லாத இடம் இல்லை, ஆனாலும் இந்தப் பூமியிலே இறைவன் தன்னை எல்லா இடங்களிலும் வெளிப்படுத்துவதில்லை. இறைவன் தானாகத் தோன்றியோ அல்லது மனித உடல்கள் மூலமாக அவதாரம் எடுத்தோ தன்னை வெளிப்படுத்தி லீலைகள் புரிந்த இடங்களே புனிதத் தலங்களாகின்றன.

காந்தமானது எல்லா உலோகங்களையும் கவர்வதில்லை, ஆனால் இரும்பைமட்டும் கவர்ந்திழுக்கும். அதேபோல் பலதரப்பட்ட மக்கள் யாத்திரை செல்கிறார்கள், ஆனால் பயன் பெறுவது அவரவர் மன நிலையைப் பொறுத்ததே. யாத்திரை செல்பவர்கள் எல்லோருக்குமே நன்மை உண்டு. ஆனால் இறைவன் அருளைப் பெறுபவர்கள் ஒருசிலரேதான். காந்தம் இரும்பைக் கவர்வது போன்று விசுவாசமுள்ள பக்தர்களைத் தான் கவர்ந்திழுப்பான் இறைவன். அவரவர் மன நிலைக்குத் தக்கபடியே பலனும் ஏற்படுகிறது. பக்திக் குறைவோடு யாத்திரைக்குப் போனாலும் கண்டிப்பாக நன்மை கிடைக்கவே செய்கிறது. புனிதத் தலங்களில் காலடி படுவதாலே நமது பாவங்கள் கரையத் தொடங்கிவிடும்.

யாத்திரை செல்லவேண்டுமென மனதிலே விருப்பம் தோன்றினாலே நாம் ஓரளவு பாக்கியம் செய்தவர்களே என்பதை அறிய வேண்டும்.

இந்தியாவிலே ஆயிரக்கணக்கான கோவில்கள் இருக்கின்றன ஆனால் குறிப்பிட்ட சில தலங்களே விஷேடமாக விளங்குகின்றன. காசி, சிதம்பரம், திருவாரூர், திருவண்ணாமலை இந்த நான்கும் முக்தித் தலங்களாகும், திருவாரூரில் பிறக்க முக்தி, சிதம்பரத்தைத் தரிசிக்க முக்தி, காசியில் இறக்க முக்தி. பஞ்ச பூதங்களுக்குரிய தலங்களாக திருவாரூர் (பிருதுவித்தலம்) - மண்ணுக்கும், திருஆனைக்காவல்(அப்புத்தலம்) - நீருக்கும், திருவண்ணாமலை(தேயுத்தலம்) - நெருப்புக்கும், திருக்காளாத்தி(வாயுத்தலம்) - காற்றுக்கும், சிதம்பரம்(ஆகாயத்தலம்) - வெளிக்குமாகும். இத்தலங்கள் எல்லாவற்றிலும் சிவபெருமான் தன்னை வெளிப்படுத்தி திருவருள் புரிந்த புனிதத் தலங்களாகும்.

எம்பெருமான் முருகனும் திருவிளையாடல்கள் புரிந்த இடங்களில் ஆறுபடை வீடுகளாகிய திருச்செந்தூர், திருத்தணி, பழனி, பழமுதிர்ச் சோலை, திருப்பரங்குன்றம், சுவாமிமலை ஆகிய படைவீடுகள் சிறந்த புனிதத்தலங்களாகும்.

புனிதத் தலங்களில் விஷேட தீர்த்தத் தலங்களும் உண்டு. புனித நதிகளும் பலவுண்டு, இவற்றில் முதன்மையானது கங்கை நதி, கங்கையில் பக்தியோடு நீராடுபவர்களுக்கு முன்னைய பிறவிகளில் செய்த தீவினைகள் பல நீங்குகிறது. கங்கைநதி சிவபெருமானின் சடாமுடியிலிருந்து பெருக்கெடுத்து வருவதாகக் கூறப்படுகிறது.

கங்கைநதி தெளிவுடன் பாய்ந்தோடும்

இமயமலைச் சாரலிலே உள்ள ரிஷிகேசம் ஆதிகாலம் தொட்டே தவம் செய்யும் புண்ணிய பூமியாக விளங்கிவருகிறது. இன்றும் பல சாதுக்களும் முனிவர்களும் இங்கே தவம் செய்கிறார்கள். இங்கே பல ஆச்சிரமங்கள் உள்ளன. பல யாத்திரிகர்கள் இங்கு சென்று கங்கையில் நீராடி சாதுக்களைத் தரிசித்தும் அவர்களுக்குத் தானம் கொடுத்தும் ஆசிகள் பெற்று வருகிறார்கள்.

ரிஷிகேசத்திலே சுவாமி சிவானந்தரின் ஆச்சிரமம் மிகவும் எழிலோடு விளங்குகிறது.

ஹரித்துவாரம் விஷேட தீர்த்தத் தலமாக விளங்கிவருகிறது. இங்குதான் கபிலமுனிவர் தவம் இருந்ததாகவும், கங்கை இப்பூமியில் வருவதற்கு அவரே காரணமென புராணங்கள் கூறுகின்றன. இங்கிருந்துதான் கங்கை பல கிளைகளாகப் பிரிகின்றன. ஹரித்துவாரம் என்றால் இறைவனை அடையும் வழி எனப் பொருள் படும். இங்கே தீர்த்தமாடுவது அதிவிஷேடமாகும். இங்கு கும்பமேளா நடைபெறும் போது பாரத கண்டத்திலுள்ள சாதுக்கள் துறவிகள் முனிவர்கள் வந்து கூடித் தீர்த்தமாடுவார்களாம்.

மதுராபுரியிலே தான் ஸ்ரீகிருஷ்ண பரமாத்மா அவதரித்தார், இவ்விடம் தாஜ்மகால் உள்ள ஆக்ராவிலிருந்து நான்குமைல் தொலைவில் உள்ளது. கிருஷ்ணபரமாத்மா அவதரித்த இடத்திலே பெரும் கோவில் கட்டப்பட்டுள்ளது. இங்கிருந்து பதின்நான்கு கி மீட்டர் தூரத்தில் பிருந்தாவனம் உள்ளது, இங்கேதான் கிருஷ்ண பரமாத்மா கோபியர்களுடன் லீலை புரிந்தார், யமுனா நதியும் இவ்வழியாக ஓடுகிறது. இங்கு சென்று ராதாகிருஷ்ணரின் லீலைகளை பக்தியோடு நினைப்போர்க்கு சகல செல்வங்களும் கைகூடுகிறது.

வாரணாசி எனப்படும் காசியிலே கங்கைநதி தீர்த்தமும், காசி விஸ்வநாதர் ஆலயமும் இந்துக்களின் முக்கிய புண்ணியத் தலமாக உள்ளது. இறந்தவர்களின் அஸ்தி இங்கே கரைக்கப்படுகிறது. இங்கு செல்பவர்கள் உணவுப் பொருள் ஒன்றோ அல்லது தீய பழக்கத்தையோ கைவிட வேண்டுமெனச் சொல்லப்படுகிறது. காசியில் தீர்த்தமாடி இராமேஸ்வரத்திலும் 21 தீர்த்தங்களில் நீராடினால் பல பிறவிகள் எடுத்துத் தீர்க்கப்பட வேண்டிய பாவங்கள் விலகிவிடுமாம்.

காயா பிதுர்க் கடன் செய்வதற்கு மிகச் சிறந்த தலமாக விளங்குகிறது, இங்கே சிரார்த்தம் செய்வதால் பிதுருக்கள் எளிதில் முக்தி அடைவார்கள். காயாவில் பல்குநதி பாயுமிடத்தில் ஒரு பெரிய சிரஞ்சீவி ஆலமரம் இருக்கிறது இதன் அடியில் பிதிருக்களுக்குப் பிண்டம் உருட்டி வைப்பார்கள்.

இறைவன் ஸ்ரீராமகிருஷ்ணராக வெளிப்பட்ட புண்ணியத்தலம் தட்சிணேசுவரம். இத்தலம் கல்கத்தாவிலே உள்ளது. கங்கை நதிக்கரையிலே இத்தலத்துக்கு மறுகரையில் சுவாமி விவேகானந்தரால் அமைக்கப்பட்ட பேலூர் மடம் உள்ளது.

ஒரிஸ்ஸா மாநிலத்தில் பூரியில் ஜெகன்நாதர் ஆலயம் உள்ளது. இங்கே கிருஷ்ணரும்(ஜெகன்நாதர்), பலராமரும், சுபத்திரா தேவியாருமே மூர்த்திகளாக உள்ளார்கள். விஷ்ணுத் தலங்களிலே முக்கிய தலமாக விளங்குவது பூரி ஜெகன்நாதர் கோவில். இங்கிருந்து சில மைல் தொலைவிலே கோனாரக் எனுமிடத்திலே சூரிய பகவானுக்குக் கோவில் உண்டு, இது சிறந்த சித்திர வேலைப்பாடுகள் கொண்ட பிரமாண்டமான கோவில். பகவான் ஸ்ரீகிருஷ்ணரின் மைந்தன் இவ்விடத்தில் சூரியனை வேண்டித் தவம்செய்து சாபம் நீங்கப் பெற்றதாகக் கூறப்படுகிறது. இக் கோயிலைத் தரிசிப்பவர்களுக்கு கிரக தோஷங்கள் நீங்குவதாகச் சொல்லப்படுகிறது.

ஒவ்வெரு புண்ணியத் தலங்களிலும் புண்ணியத் தீர்த்தங்களிலும் ஒவ்வெரு விஷேடம் இருக்கிறது. யாத்திரையின் போது வேறு சிந்தனைகள் இல்லாமல் மனதை இறைவனிடமே லயிக்க விட்டால்தான் பூரண பலன் கிடைக்கிறது.

இறைவன் கருணாமூர்த்தி மனதை அவனிடம் விட்டுவிட்டால் அதாவது சரணாகதியடைந்தால் எமது தேவைகளை அவனே நிறைவேற்றுவான். யாத்திரையின் போது எல்லா குறைகளையும் அவனிடமே முதலில் முறையிட்டுவிட்டு அவனது சிந்தனையோடு அவனது திருநாமங்களை ஓதியும், பஜனைசெய்தும், அவனது கீர்த்திகளைப் பாடியும் அவனது எண்ணத்திலே மனம் அதிக அளவு ஈடுபடும்போது அவன் நமது இதயத்திலே வெளிப்படுவான்.

புனிதத் தலங்களிலே தெய்வீக அலை எப்போதும் வீசிக் கொண்டிருக்கும். இறைவன் அங்கு அந்தர்யாமியாக இருந்து கொண்டேயிருப்பார் அங்கு அவரைத் தேடிச் செல்பவாகள் எல்லோருக்கும் ஆசிகள் வழங்குகிறார். ஆனால் உண்மையான பக்தர்களிடம் அங்கே வசமாகிவிடுகிறார். புனிதத் தலங்களுக்கு பலருடன் சேர்ந்து செல்லும் போது செல்லும் வழிகளில் நாம ஜெபம் கீர்த்தனை பஜனைகள் செய்துகொண்டு செல்வதால் இறைவன் மகிழ்ச்சியடைகிறார். இப்படியான சந்தர்ப்பங்கள் எல்லோருக்கும் வாய்ப்பதில்லை.

பொருள் வசதியிருந்தாலும் சிலரது பாவவினைகள் அவர்களது மனதைத் தூண்டி யாத்திரைக்குச் செல்லவிடாமல் தடுத்துவிடும். விருப்பப்படுபவர் சிலருக்கு வசதியீனத்தால் செல்லமுடிவதில்லை. இதுவும் அவாகள் வினைப் பயனே. வசதியில்லாத சிலருக்கு யாத்திரையின்போது வசதிகள் அவர்களை அறியாமலே வந்து கைகூடுகிறது. யாத்திரை செய்பவர்களுக்கு சிலர் பண உதவிசெய்து அனுப்புவதுமுண்டு. யாத்திரைக்காகப் பண உதவிசெய்பவர்களுக்கும் யாத்திரையின் பலன் வந்து சேருகிறது: சிலர் வயதான தாய் தந்தையர்களை யாத்திரைக்கு செல்வதற்கான வசதிசெய்து அனுப்புவார்கள். இதனால் அவர்கள் பிள்ளைகள் இரட்டிப்பு நன்மைகளைப் பெறுகிறார்கள். ஒன்று தாய் தந்தையரின் ஆசீர்வாதம். மற்றது இறைவனுடைய ஆசிர்வாதம். தாய் தந்தையரை வயதான காலத்திலே புனித யாத்திரைக்கு அனுப்பும் பிள்ளைகளின் குடும்பமும், அவர்களது எதிகாலமும் சிறப்படைகிறது.

இந்த நாட்டிலே விடுமுறை **(Vaccation)**க் காலங்களிலே ஓய்வுக்காக தூர இடங்களுக்குச் சென்று பொழுதைக் கழிக்கிறார்கள். வேலைப் பழுவின் காரணத்தால் கண்டிப்பாக ஓய்வு தேவைப்படுகிறது. வீட்டை விட்டு வேறு இடங்களுக்குப் போவதால் ஓய்வு கிடைக்கத்தான் செய்கிறது. ஆனால் இதே காலத்தை ஆன்மீக சாதனையில் ஈடுபடுத்தினால் மிகச் சிறந்த ஓய்வும் மனத்தூய்மையும் கிடைக்கிறது. குடும்பத்துடன் ஆச்சிரமங்களில் போய்த் தங்கி, அல்லது யாத்திரை சென்று வருவதால் சிறந்த ஓய்வு, மனத்தூய்மை, இறைவனின் அருளும் கிடைக்கிறது. வெறும் ஓய்வை மட்டும் பெறும் காலத்தையும் பணத்தையும் கொண்டு ஓய்வுடன் கூடிய ஆன்மீக லாபத்தைப் பெறுங்கள்.

பணத்தாலோ புகழாலே திறமையாலோ செய்ய முடியாததை, நமக்கும் மேற்பட்ட சக்தியாகிய எல்லாம் வல்ல பரம்பொருளினாலேதான் செய்ய முடியும். அந்தப் பரம்பொருளின் கருணையைப் பெறும் வழிகளில் ஒன்றே புனித யாத்திரை. இறைவன் கருணையாலும், பூர்வ புண்ணிய பலனாலும் ஒருவருக்கு யாத்திரை கைகூடுகிறது.

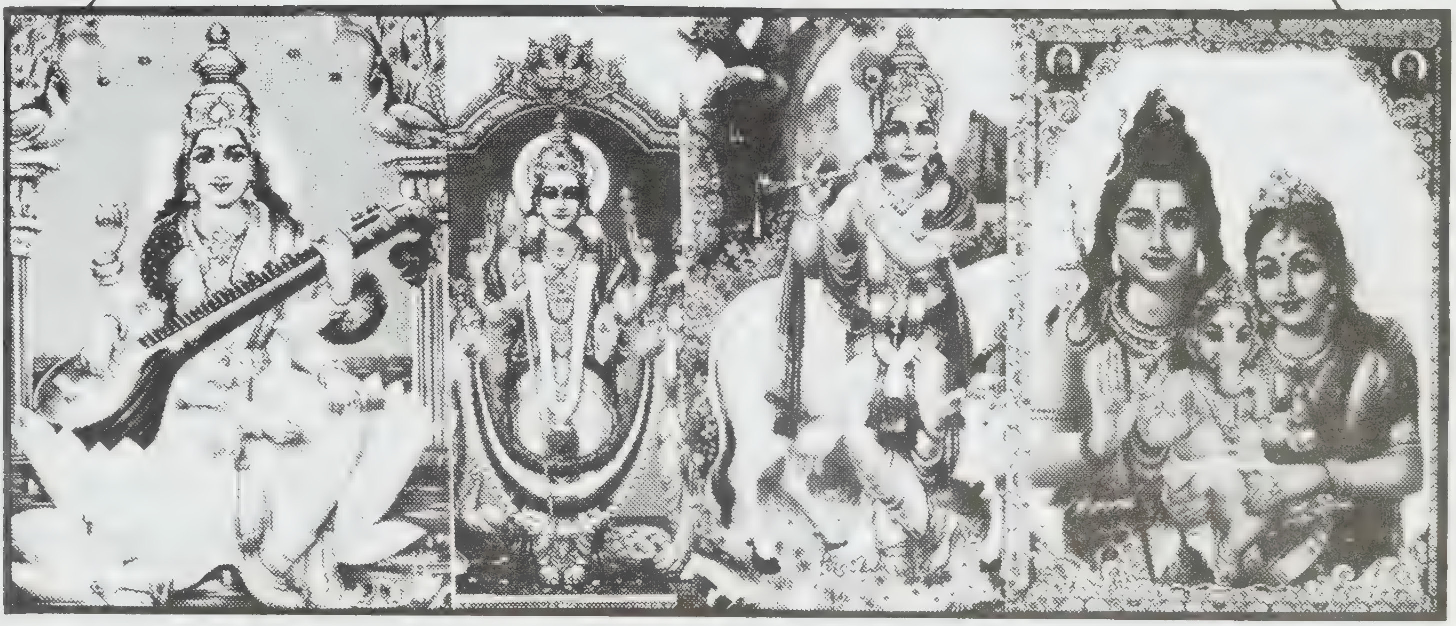
ஓம் தத் சத் !

மன அமைதியுள்ளவர்களும், வசந்த காலத்தைப்போல் உலகிற்கு நன்மையைச் செய்பவர்களும் பயங்கரமான பிறவிக் கடலைத் தாங்கள் தாண்டியவர்களாய்ப் பிற மனிதர்களையும் காரணம் வேண்டாமல் தாண்டுவிப்பவர்களுமான ஸாதுக்கள் உலகில் எப்போதும் வசிக்கிறார்கள்

- ஸ்ரீ சங்கரர் -

சிறுவர் பகுதி

வளரும் சத் சங்கம்



எமது மதத்தில் ஏன் பல கடவுளர்கள் இருக்கிறார்கள்?

அன்பான பிள்ளைகளே! எமது மதம் இந்து மதம் என்று கூறப்படுகின்றது. நமது மூதாதையர்கள் பெரும்பாலோர் சைவ சமயத்தவர்களாகவே இருந்து வருகிறார்கள். எமது மதத்தின் தாய் தேசமான இந்தியாவில் சைவம், வைஷ்ணவம், காணாபத்தியம், கௌமாரம், சாக்தம், சௌரம் போன்ற 24 வகையான மதப் பிரிவுகள் இருந்தன. இவை எல்லாவற்றையும் சேர்த்தே இந்துமதம் எனப்படுகிறது.

சைவ சமயத்தவர்கள் சிவனை முழு முதற் கடவுளாக வழிபடுவர், வைஷ்ணவ மதத்தவர்கள் திருமாலை (மகாவிஷ்ணு, நாராயணன்) முழு முதல் கடவுளாக வழிபடுவர், காணாபத்திய பிரிவினர் கணபதியை வழிபடுவர், கௌமாரப் பிரிவினர் குமரனை வழிபடுவர். சாக்தப் பிரிவினர் சக்தியையும், சௌரப் பிரிவினர் சூரியனையும் வழிபடுவார்கள்.

இப்போ நாம் சிவனை வழி

படுகிறோம். திருமாலை, பிள்ளை யாரை, முருகனை, சக்தியை எல்லாம் வணங்குகிறோம். முன்பு பிரிவுகளாக இருந்த மதங்கள் இன்று ஒன்று பட்டு இந்து மதம் என வழங்கப்படுகிறது.

இறைவன் ஒருவரா அல்லது பலரா?

இறைவன் ஒருவர்தான். ஆனால் அவர் உலகத்தை படைத்து, காத்து எமக்கெல்லாம் அருள் வழங்குகிறார். இவற்றைச் செய்வதற்காக ஒவ்வொரு விதமான உருவங்களில் தானே தோற்றம் எடுத்துச் செயல்படுகிறார். கடவுள் ஆண் தெய்வமாகவும் பெண் தெய்வமாகவும் தோற்றமளிக்கிறார்.

சிவன், விஷ்ணு , பிரம்மா

சிவன் பக்தர்களுக்கு வரமளித்து, முக்தியளிக்கிறார். விஷ்ணு சகல சம்பத்துக்களையும் தந்து காக்கிறார். பிரம்மாவே உலகங்களையும் உயிர் களையும் படைக்கிறார்.

பார்வதிதேவி, லக்ஷ்மிதேவி, சரஸ்வதிதேவி

சிவனுக்கு மனைவியான அன்னை பார்வதிதேவி உலகுக்கு சக்தி அளித்து அருள் புரிகிறார். விஷ்ணுவுக்கு மனைவியான அன்னை லஷ்மிதேவி உலகுக்கு சகல செல்வ ங்களையும் அளிக்கிறாள். பிரம்மா வின் பத்தினியான சரஸ்வதிதேவி கல்விச் செல்வத்தை உலகுக்கு அளிக்கிறாள்.

கடவுள் பல உருவங்களில் இருந்தாலும் அவர் ஒருவரே. நாட்டை ஆட்சி செய்வதற்கு அரசாங்கம் இருப்பது போலவும் அந்த அரசாங்கத்துக்கு பல மந்திரிகள் இருப்பது போலவும், ஒவ்வொரு மந்திரிகளும் ஒவ்வெரு விதமான கடமைகளைச் செய்வது போன்று, கடவுளும் இந்த உலகத்துக்கு அரசாங்கம் அமைத்து நடத்துகிறார். முக்கிய காரியங்களைச் செய்வத ற்காக பல உருவங்களில் செயல்ப டுகிறார். பல தேவர்களை தனது பிரதிநிதியாக நியமித்து அவர்களுக் கென சில கடமைகளை நியமித்துள்ளார். உதாரணமாக இந்திரன் வருணன் அக்னி மற்றும் கிரக பகவான்கள் போன்றோர்.

கடவுள் மூன்று மூர்த்தியாகத் தோற்றம் எடுத்தபோது முதல் தோற்றம் சிவபெருமானாகவே தோன்றினார். அடுத்து மகாவிஷ்ணுவாகத் தோன்றினார். பிரம்மா மகாவிஷ்ணுவினால் தோற்றுவிக்கப்பட்டார்.

ஆதியிலே இறைவன் தன்னை ஒலியாக வெளிப்படுத்தினார். அந்த ஒலி 'ஓம்' என்பதாகும். 'அ + உ + ம்' எனும் மூன்று ஒலிகளும் சேர்வதுதான் ஓம் எனப்படும் ஓம்கார மந்திரம். மந்திரங்கள் ஓதப்படும் போது ஆரம்பத்தில் ஓங்கார மந்திரத்தைச் சொல்லியே சொல்லப்படுகிறது. ஓங்காரத்தின் வடிவமே பிள்ளையார். கோவிலுக்குச் செல்பவர்கள் முதலில் பிள்ளையாரை வணங்கித்தான் மற்றைய மூர்த்தி களை வணங்குகிறார்கள். எக் காரியத்திலும் முதல் வணக்கம் பிள்ளையாருக்கே.

ஓம் என்பது இந்துக்களின் மிகப் புனிதமான மந்திரம் இம் மந்

திரத்தை எவ்வளவு அதிகமாக உச்சரித்தோ அல்லது நினைத்துக் கொண்டிருந்தாலும் நமக்கு அதிக நன்மைகள் கிடைக்கும்.

விரதங்கள், திருவிழாக்கள்

வருடத்தில் ஒரு நாள் மகா சிவராத்திரி வருகிறது, சிவராத்திரி நாளிலே முழு இரவும் நித்திரை இல்லாமல் சிவனுடைய நினைப்பாக இருந்து 'ஓம் நமச்சிவாய சிவாயநம ஓம்' எனும் மந்திரத்தை ஜெபம் பண்ணி பூஜை செய்து விரதம் இருப்பதால் நாம் நினைத்த காரியங்கள் கைகூடி நன்மைகள் உண்டாகும்.

வருடத்தில் ஒருநாள் வைகுண்ட ஏகாதசி வருகிறது, இத்தினத்தில் நாள்பூராகவும் உபவாசம் (உண்ணா விரதம்) இருந்து, இரவு நித்திரை இல்லாமல் இருந்து மகா விஷ்ணுவாகிய நாராயணனை நினைந்து அவனது திருநாமங்களைப் பாடி விரதம் அனுஷ்டித்தால் வாழ்வில் சகல மங்களங்களும் ஏற்படும். வருடத்தில் நவராத்திரி தினங்களாகிய ஒன்பது இரவுகள் முப்பெருந் தேவிகளாகிய **சக்தி, லஷ்மி, சரஸ்வதி** ஆகிய தெய்வங்களுக்கு விசேஷ பூஜை செய்யப்படுகிறது, இதனை நாம் சரஸ்வதி பூசை என்கிறோம். ஒவ்வொரு தேவிக்கும் மும் மூன்று நாட்கள் பூஜை நடக்கும், இந்த ஒன்பது நாட்களும் விரதமிருந்து பக்தியோடு மூன்று தேவிகளையும் வணங்குபவர்க்கு பலம், பணம், படிப்பு மூன்றும் கிடைக்கிறது.

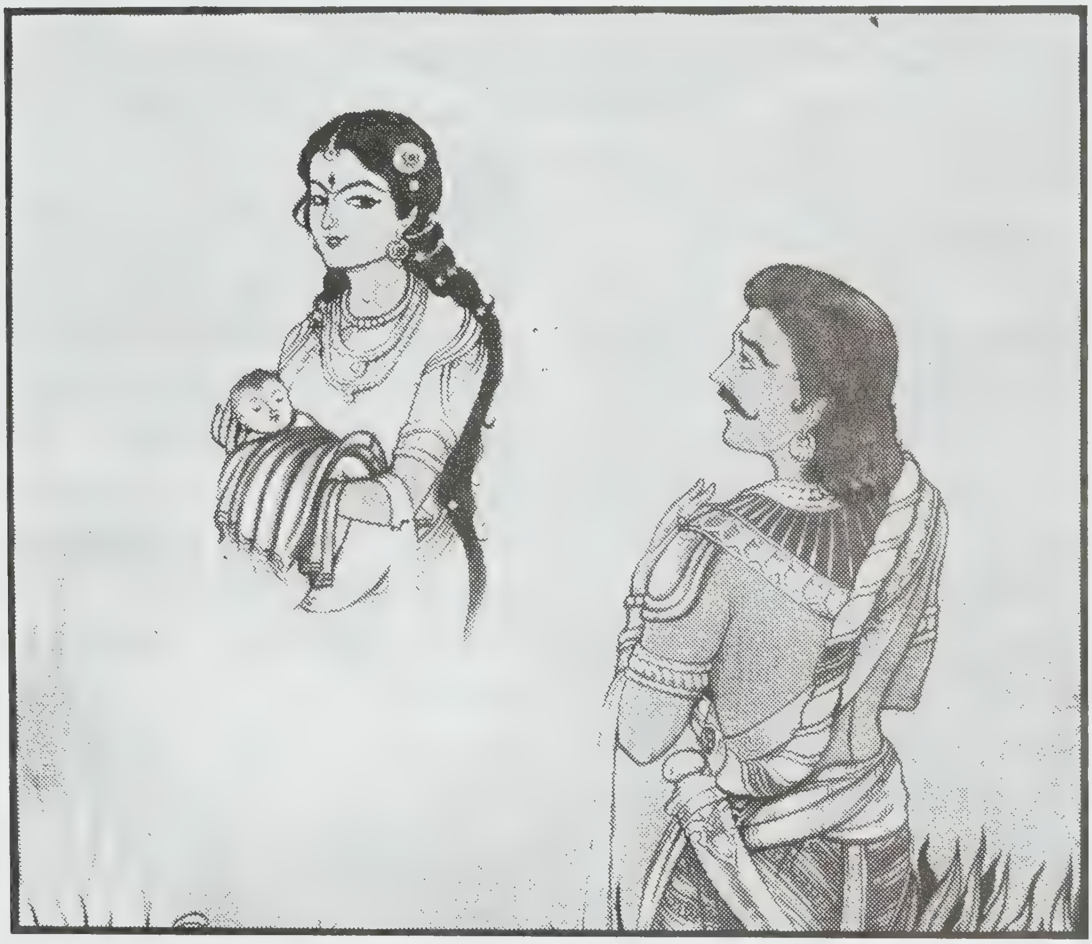
மேலும் பல விரதநாட்கள் உண்டு இவைகளும் நாம் நன்மை பெறுவதற்காக ஏற்பட்டவையே.

திருவிழாக்கள் ஆலயங்களில் கொண்டாடப்படுகிறது, அவற்றிற் கெல்லாம் ஒவ்வொரு காரணம் இருக்கிறது. திருவிழாக்கள் மக்களுக்கு பக்தியை ஊட்டியும், திருவிழாவில் கலந்து கொள்ளும் பக்தர்கள் இறைவனின் அருள் பெற்றும், வாழ்வில் பல நன்மைகளையும் பெற்று வாழவும் திருவிழா முக்கி அம்சமாகிறது.

சிறுவர்களுக்கான மகாபாரதம்

தொடர் ஆக்கம்

தொகுப்பு : வே.கணேஸ்வரன், தலைவர், ஸ்ரீராமகிருஷ்ண சேவாச்சிரமம்



(சென்ற இதழ் தொடர்ச்சி)

ஏழு குழந்தைகளையும் கங்கையாற்றில் வீசிய கங்கை, எட்டாவது குழந்தையை கங்கையில் வீசும்போது நீ யார் என்று மன்னன் கேட்டான். அதற்கு கங்கை, "மன்னா, உங்கள் வேண்டுகோளுக்கிணங்கி இந்தக் குழந்தையை நான் விட்டுவைக்கிறேன். ஆனால் நீங்கள் எனது நிபந்தனையை மீறிவிட்டதால் தற்போது நான் தங்களைவிட்டுப் பிரிய வேண்டியவளாய் இருக்கின்றேன். ஜஹ்னு முனிவரின் மகளும் தேவர்களால் வணங்கப்படுபவளும் ஆகிய கங்கை நான்.

தேவர்களின் வேண்டுகோளுக்கிணங்கி நான் இத்தனைக் காலமும் தங்களுடன் வசிக்க நேர்ந்தது. நான் நதியில் எறிந்த குழந்தைகள் வசுக்கள் ஆவர். சாபவசத்தால் பூமியில் பிறக்க நேர்ந்த அஷ்டவசுக்களுக்கு என்னைத் தவிர வேறு யார் தாயாக இருக்க முடியும்? தங்களைத் தவிர வேறு யார் தந்தையாக இருக்க முடியும்? ஒ மன்னவா, உங்களுக்கு மங்களம் உண்டாகட்டும்" என்றாள்.

4. அஷ்டவசுக்களும் வசிஷ்டரின் சாபமும்

கங்கையின் வார்த்தைகள் சந்தனுவின் ஆவலைத் துண்டின, வசுக்களைப் பற்றி மேலும் அறிய ஆவல் கொண்ட அவன் கங்கையிடம் விரிவாகக் கூறும்படி

கூறினான். கங்கையும் சொல்ல ஆரம்பித்தாள்:-

வசிஷ்டர் என்றொரு மகா முனிவர் இருந்தார். அவிரிடம் நந்தினி எனப்படும் தெய்வீகப்பசு இருந்தது, ஒரு நாள் அஷ்டவசுக்கள் தங்கள் மனைவியருடனும் தலைவனான பிருது என்பவனுடனும் வசிஷ்டரின் ஆசிரமத்துக்கு வந்தனர். அப்போது வசிஷடர் அங்கில்லை. வசுக்களில் ஒருவனான த்யு என்பவன் நந்தினியின் அழகால் கவரப்பட்டான். அதன் பெரிய கண்களும் வளமையான மடியும் நிண்டவாலும் அழகிய குளம்புகளும், ஏன், ஒவ்வோர் அங்கமும் த்யுவைச் சுண்டி இழுத்தன. த்யுவின் மனைவியோ அந்தப் பசுவை எப்படியாவது அடைய வேண்டும் என்றே ஆசை கொண்டுவிட்டாள். மனைவியைத் திருப்தி செய்வதற்காக த்யுவும் அந்தப் பசுவை தனது சகோதரர்களின் துணையுடன் கவர்ந்து சென்று விட்டான்.

வசிஷ்டர் திரும்பிவந்த போது நந்தினி அங்கு இல்லாதிருப்பதைக் கண்டார். நடந்தவற்றை யோக திருஷ்டியால் உணர்ந்த அவர் வசுக்களின் மீது அடங்காத ஆத்திரம் கொண்டார். அவர்கள் அனைவரும் பூமியில் மனிதர்களாகப் பிறந்து உழலும்படிச் சபித்துவிட்டார்.

வசிஷ்டரின்சாபத்தைப் பற்றி அறிந்ததும் வசுக்கள் மிகுந்த அச்சத்துடன் அவரிடம் ஓடிவந்து, தங்கள் பிழைபொறுக்கும்படி வேண்டினர். அவர்கள் பால் இரக்கமுற்ற வசிஷ்டரும், "நீங்கள் சாபத்தில் இருந்து தப்பமுடியாது. பூமியில் பிறந்தேயாக வேண்டும். த்யுவைத் தவிர மற்றமுள்ள எழுவரும் பிறந்த உடனேயே சாபத்தில் இருந்து விடுபட்டுவிடலாம். ஆனால் த்யு மட்டும் நீண்ட நாட்கள் உயிர்வாழ்ந்தே தீர வேண்டும். பாவத்தின் சம்பளத்தை அவன் ஏற்றே ஆக வேண்டும். ஆயினும் அவன் உலகம் மதிக்க வாழ்வான்" என்று கூறினார். இத்தகைய சாபத்தைப் பெற்ற வசுக்கள் என்னிடம் வந்தனர். நானே அவர்களது தாயாக இருக்க வேண்டும் என்றும், அவர்கள் பிறந்தவுடன் கங்கை நதியில் இட்டு சாபவிமோசனம் நல்க வேண்டும் என்றும், என்னிடம் கேட்டுக் கொண்டனர். முனிவரின் சாபத்தின்படி எழுவருக்கு விடுதலை அளித்த நான், இதோ இந்த எட்டாவது குழந்தையை மட்டும் நீண்டநாள் வாழும்படி விட்டுவிடுகிறேன்.

ஆயினும் வாலிபப்பருவம் வரை இவனை நானே வளர்த்து பின்னர் உங்களுக்கு அளித்துச் செல்வேன். இவன் 'கங்கையால் அனுப்பப்பட்டவன்' என்னும் பொருள்படும் படி 'கங்கதத்தன்' என்று அழைக்கப்படுவான்." இவ்வளவையும் கூறிவிட்டுக் குழந்தையுடன் கங்கை மறைந்தாள். கங்கையின் பிரிவால் வாடிய மன்னன் சோர்வுடன் தலைநகர் திரும்பினான். **(தொடரும்)**

"அறம் செய்ய விரும்பு"

அறம் என்பது உயர்ந்த நற்செயல்கள், ஒழுக்கம், பண்பு போன்றவற்றைக் குறிக்கும். நீங்கள் பிறருக்கு உதவுவது நற்செயல். நீங்கள் பிறர் பொருளில் ஆசைகொள்ளாமல் இருப்பது ஒழுக்கம். பிறரோடு அன்பாகவும் மரியாதையாகவும் பழகுவது பண்பு. இந்தப் பழக்கங்களை சிறுவயதிலே பழகிக் கொண்டால், வளர்ந்து பெரியவர்களாகும் போது எல்லோராலும் புகழப்படுவீர்கள்

"நீடித்த ஆயுளுடன் நல்வாழ்வு வாழுவோம்"

ஆரோக்கிய வாழ்வு

நாம் அறியாமையினால் சிறு நோய்களுக்கும் டாக்டரிடம் சென்று மருந்து மாத்திரைகளை வாங்கி சாப்பிடுகிறோம். மாத்திரை, மருந்து சாப்பிடும் பழக்கம் நமக்கு வாடிக்கையாகி அதற்கு அடிமைப்படும் அளவுக்கு நாம் ஆளாகிவிடுகிறோம்.

மருத்துவ வசதி பெருகி இருப்பதாக நம்பி நமது உடலை பராமரிக்கும் பொறுப்பை டாக்டர்களிடம் விட்டுவிடுகிறோம். டாக்டர்கள் தரும் மருந்துகளிலும் மாத்திரைகளிலும் மூலிகைகளின் சேர்க்கையை விட இரசாயணப் பொருட்கள்தான் அதிகம் கலக்கப்பட்டுள்ளன. இரசாயணக்கலப்புள்ள மாத்திரைகளால் நமது உடலுக்கு பக்க விளைவுகளும் கேடுகளும் நேரிட அதிக வாய்ப்புகள் உண்டு. இரசாயணப் பொருட்கள் கலந்த மாத்திரைகள் நோயை மாற்றினாலும் உடலின் உள் உறுப்புகளையும் மிக நுண்ணிய நரம்புகளையும் காலகதியில் செயல் இழக்கச் செய்து, நமது உடலிலே இயற்கையாக உள்ள நோய் எதிர்க்கும் ஆற்றலை இல்லாமல் செய்துவிடுகிறது. ஒரு நோய் மாற இன்னொரு நோய் வந்துவிடுகிறது. காலகதியில் இளமையில் மூப்பைத் தழுவி குறைந்த வயதில் மரணம் நேரிடுகிறது.

"உலகில் பொன்னையும் பொருளையும் விட விலைமதிக்க முடியாதது நமது உடல் தான்" இதை பராமரிக்கும் பொறுப்பு நம்முடையதா அல்லது டாக்டருடையதா? இக்காலத்திலே பல மருந்துகள் தயாரிக்கும் கம்பனிகளும் மூவாயிரத்துக்கும் அதிகமான மருந்து வகைகளும் இருப்பதனால் சில வேளைகளில் டாக்டர்கள் தவறுதலாக மருந்துகளைக் கொடுத்துவிடுகிறார்கள் இதனால் உடலுக்கு தீராத நோயும் மரணமும் கூடச் சம்பவிக்கிறது. எனவே நமது உடலை நாமே பாதுகாக்கக் கற்றுக் கொண்டால் நீடித்த ஆயுளுடன் நல் வாழ்வு வாழலாம்.

உயிருள்ள இயற்கை உணவுகள்

உயிருள்ள இயற்கை உணவுகள் என்றால் தாவர உணவுகளே. எமது உடலுக்கு தேவையான சகல ஊட்டச்சத்துகளும் தாவர உணவுகளில் நிறையக் கிடைக்கின்றன. கீரை வகைகள், காய்கள், பழங்கள், விதைகள், கிழங்குகள் போன்ற உணவுகள் இயற்கை உணவுகள். இவ் உணவுகள் மூலிகைகளின் பயனைத் தருகின்றன. தாவர உணவுகளை உண்பவர்கள் நோய்களுக்கு ஆளாவ தில்லை. ஏனென்றால் நோயை எதிர்க்கும் ஆற்றல் தாவர உணவுகளுக்குத்தான் உண்டு. தாவர உணவின் முழு நன்மை களைப் பெற வேண்டுமானால் சமைக்காத தாவர உணவில் முழுமையான சத்துக்களைப் பெறலாம்.

சமைக்காத தாவர உணவுகள்

சமைக்காமல் சாப்பிடலாமா? இந்தக் கேள்வி நமக்குள்ளே எழும்போது நாம் உணவின் இரகசியத்துக்குள் நுளையஎத்தனிக்கிறோம். உண்மையிலேயே சமைத்த உணவைவிட சமைக்காத உணவிலேதான் அளப்பரிய நன்மைகள் உண்டு.

தீராத நோய்கள் குணமாகும் அதிசயம்

பல தீராத நோய்களுக்கு "இயற்கை மருத்துவம்" மூலம் சிகிச்சை அளித்து சிலவாரங்களிலோ அல்லது மூன்று

மாதங்களிலோ, பூரண சுகமடைந்து சிறந்த ஆரோக்கியமும் பெற்றுள்ளார்கள். இயற்கை மருத்துவத்தில் மருந்துகள் ஏதும் இல்லை. முழுவதும் சமைக்காத கீரை, பச்சிலைகள், கிழங்குகள், பழங்கள், விதைகள், தானியங்கள், போன்றவற்றை உணவாகக் கொடுத்து வருவதினாலும், ஒன்றிலிருந்து ஏழு நாட்கள்வரை அவரவர் உடல் நிலைக்கேற்றவாறு உண்ணா நோன்பு இருப்பதாலும் தீராத நோய்களைக் குணமாக்குகிறார்கள்.

சமைக்காத தாவர உணவுடன் உண்ணாநோன்பும் உறுதுணையாகிறது. இயற்கை உணவுமுறைகளும் இயற்கை வைத்திய முறைகளும் இந்தியாவில் மட்டுமன்று மேற்கத்திய நாடுகளிலும் அமெரிக்காவிலும் வளர்ச்சியடையத் தொடங்கியுள்ளது.

உண்ணாநோன்பும் அதன் பலன்களும்

மாதத்தில் ஒரு நாள் அல்லது மாதத்தில் இரண்டு நாட்கள் உபவாசம் (உண்ணா நோன்பு) இருப்பது உடலுக்கு மிகவும் நலம் தரும். நோயற்ற வாழ்வுக்கு உண்ணா நோன்பு மிகவும் உறுதுணை அளிக்கிறது. ஒவ்வொருவருக்கும் ஜீவ சக்தி உயிராற்றல் **(vital force)** இருக்கின்றது. இந்த சக்தியை நாம் சேமித்து வைக்கப் பழக வேண்டும். நாம் சாப்பிடும் உணவு 22 அடி நீளமுள்ள குடலில் ஜீரணமடைய அதிகமான ஜீவசக்தி செலவாகின்றது. நுரையீரல், தோல், மலக்குடல் போன்ற உறுப்புக்கள் உணவை ஜீரணித்தபின் மீதம் உள்ள கழிவுகளை வெளியேற்ற ஜீவசக்தி செலவாகின்றது. சிறு நீரகத்தில் உள்ள 18லட்சம் நெப்ரான்களும் இரத்தத்தை சுத்தம் செய்ய ஜீவசக்தி செலவாகின்றது. நாம் உண்ணா நோன்பு இருக்கும் நாட்களில் இவ்வகையான ஜீவசக்தி செலவாவது குறைக்கப்படுகின்றது. வீணாகச் செலவாகும் சக்தி சேமிக்கப்படும் வாய்ப்பும் உண்ணா நோன்பினால் ஏற்படுகிறது. நாம் சாப்பிடுவதை நிறுத்தியவுடன் உடலில் உள்ள ஜீவசக்தி உடலில் உள்ள விஷங்களை, கழிவுகளையெல்லாம் வெளி யேற்றுகின்றது. 21 நாட்கள் உண்ணாநோ ன்பு இருந்த பிறகு கூட சிறுநீர் சோதனை யில் விவசாயத்திற்கு உபயோகப்பபடுத்தும் விஷமருந்துகளும், நோய் நீங்க உபயோ கித்த மாத்திரை, ஊசிமருந்துகளும் சிறுநீரில் வெளியேறுவதை நிரூபித்திருக்கிறார்கள். இக்காலத்தில் தூய்மையான உணவு கிடைக்காததால், நாம் உட்கொள்ளும் பழங்கள் காய்கறிகள், காற்று, நீர் முதலியவற்றில் கலந்துள்ள இரசாயண விஷப் பொருட்களை வெளியேற்ற குறைந்தது இரு வாரங்களுக்கு ஒரு நாளாவது உண்ணா நோன்பு இருக்க வேண்டியது அவசியம்.

நம்மில் பலர் ஒரு நேரம் கூடப்பட்டினி இருக்கமாட்டார்கள் ஆனால் ஒரு நாளில் இருந்து 7நாட்கள் வரை உபவாசம் இருப்பதனால் பல தீராத நோய்கள் தீருகின்றன. ஆனால் உபவாசம் இருப்பவர்கள் இயற்கை வைத்தியர்கள் அல்லது வைத்தியர்களிடம் தங்கள் உடல் நலத்தைப் பற்றி அறிந்து கொண்டு உபவாசத்தை மேற்கொள்வது நலம். குறிப்பாக உபவாசத்திற்கென சில வழிமுறைகள் இருக்கின்றன. எனவே நோயாளிகள் கண்டிப்பாக மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படியே உபவாசம் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

நோய் இல்லாதவர்கள் மாதத்தில் இரண்டு நாட்கள் உண்ணாவிரதம் இருப்பதால் உடல் இளமையும் ஆரோக்கியமும் பெறும். ஒவ்வெருவரும் வாரத்தில் ஒரு நாளோ அல்லது மாதத்தில் இரண்டு நாட்களோ உபவாசம் இருப்பதனால் நோய்கள் நீங்கப் பெற்று உடல் இளமை பெற்று ஆயுளும் நீடிக்கிறது. மாதத்தில் இரண்டு நாட்கள் ஏகாதசிவிரத நாட்கள் வருகின்றன, ஏகாதசியில் விரதம்

(உண்ணா நோன்பு) இருப்பவர்கள் சிறந்த பலனைப் பெறுவதாக மகான்களும் முனிவர்களும் வலியுறித்தியுள்ளார்கள் ஏகாதசி தினத்தில் சிலர் தண்ணீர் மட்டும் அருந்துகிறார்கள். சிலர் மாலையில் பால் பழங்கள் மட்டும் புசிப்பார்கள். சிலர் சோறு இல்லாமல் மென்மையான உணவை மட்டும் மாலையில் உட்கொள்கிறார்கள். கந்தசஷ்டி விரதமும் மிகச் சிறப்பானது. உபவாச விரதங்கள் உடலைத்தூய்மையாக்கி, உள்ளத்தையும் தூய்மையாக்கி நினைத்தகாரியங்களை சித்திக்கவும் செய்கின்றது, இறை உணர்வு அதிகரிக்கிறது. கலியுகத்தில் யாகங்கள் செய்வதைவிட பஜனை, கீர்த்தனை, உபவாசம் போன்ற சாதனைகளைப் புரிவதால் இறை உணர்வைப் பெற்று உயர்ந்த பலன்களைப் பெற்றும், முக்திக்கும் வழி பிறக்கின்றது.

நீரிழிவு,, அலர்ஜி, ஆஸ்துமா, இருமல், சளி, சிறுநீரகக் கோளாறு, இரத்த அழுத்தம், எய்ட்ஸ், புற்றுநோய், குடற்புண் முதலிய நோய்கள் மருந்தில்லாமலே ஆச்சரியமான முறையில் குணமாகின்றன, குழந்தைப் பேறில்லாதவர்களுக்குக் குழந்தையும் கிடைக்கின்றது. தமிழ் நாட்டில் பல இயற்கை மருத்துவ மனைகள் இயங்கி வருகின்றன. வாசகர்களின் நன்மைகருதி சில இயற்கை மருத்துவ மனைகளின் விலாசங்களை வெளியிடுகிறோம் அவர்களுடன் தொடர்பு கொண்டு உங்கள் நோய்களை நீக்கி நலமடைவீர்களாக.

(1) Dr. A.V.G.Reddy
NATURAL DIET HEALTH REASEARCH FOUNDATION
POST BOX: 6886,
AG-57, THIRD AVENUE,
ANNA NAGAR, MADRAS-600040, INDIA

டாக்டர் ஏ.வீ.ஜீ. ரெட்டியினால் வெளியிடப்பட்ட "உயிருள்ள இயற்கை உணவுகள் எனும் நூல் மிகவும் பயனுள்ள நூலாகும் அதை தமிழ் அன்பர்கள் வாங்கிப் பயன் அடையுங்கள்.

(2) NATURAL GOOD LIFE SERVICE CENTRE
SIVA SAILAM
AMBA SAMUTHIRAM VAZI,
THIRUNELVELI DIST 627412
S.INDIA.

தமிழ் நாட்டில் முன்னோடியாக விளங்கிவருகிறது இந்த மருத்துவ மனை. இந்தஇடம் இயற்கை எழில் சூழ்ந்தது. பலர் இங்கு தங்கி சிகிச்சை பெற்று பயனடைந்து வருகிறார்கள்.

(3) R.K NATURAL HEALTH CENTRE, GANAPATHY
KOYAMPUTHTHOOR 641006
S. INDIA.

இது அதி நவீன வசதிகளைக் கொண்ட மிகப் பெரிய மருத்துவமனையாகும்.

(4) GHANDHIJI NATURAL HEALTH CARE CENTRE
I O P COLONY
MARUTHA MALAI
KOYAMPUTHTHOOR 641046
S . INDIA

டாக்டர் ஆர். சுப்பிரமணியம் நடாத்திவருகிறார். இங்கே எந்த விதமான வியாதிகளையும் குணப்படுத்தலாம்.

நாம் ஒத்துழைத்தால் இயற்கை நமக்குநல்ல ஆரோக்கியத்தையும், ஆனந்தமான வாழ்க்கையையும் நீடித்த ஆயுளையும் தரக் காத்திருக்கிறது.

ஆரோக்கியமுள்ளவர்களே ஆன்மீகத்தில் முன்னேற முடியும், ஆண்டவன் திருவடியையும் நெருங்க முடியும்!

வைட்டமின் 'ஏ' என்றால் என்ன? அது உடலுக்கு என்ன நன்மை தருகிறது?



எமது உடல் வளர்ச்சிக்குத் தேவையான பலவிதமான சத்துக்களில் ஒன்றாகிய உயிர்ச்சத்துக்களில் ஒன்றே வைட்டமின் 'ஏ' எனப்படுகிறது.

இதன் தன்மைகளும் நன்மைகளும்

1. உடல் வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது.
2. உறுதியான பற்களுக்கும் எலும்புகளுக்கும் இது இன்றியமையாதது.
3. நோய் எதிர்ப்புத் திறன் கொண்டது இது. இதன் மூலம் வாய், மூக்கு, கண், தோல், சுவாசக் குழாய் ஆகிய இடங்களில் காணப்படும் சிலேட்டுமப் படல மேற்புறத்திசுக்களை நோயிலிருந்து காக்க உதவுகின்றது.
4. இது நோய் எதிர்ப்பு வைட்டமின் எனப்படுகிறது.
5. கண்ணொளியைப் பெருக்குகிறது.
6. கண்சம்பந்தமான நோய்களைப் போக்குகிறது.
7. உயர் வெப்ப நிலையிலும் நிலைத்து நிற்கும் சக்திபடைத்தது.
8. புற ஊதாக் கதிர்களாலும், ஆக்ஸிகரண ஊக்கிகளாலும் அழிக்கப்படக் கூடியது.

வைட்டமின் 'ஏ' நிறைந்துள்ள தூய உணவுகள்.

பால், தயிர், வெண்ணெய், நெய், போன்றவற்றில் வைட்டமின் 'ஏ' நிறையக் கிடைக்கின்றது. தாவரப் பொருட்களில் இருந்து கிடைக்கின்ற கரோட்டின் **(carotene)** நிறமிச்சத்தாக உடலில் சென்று வைட்டமின் 'ஏ' யாக மற்றமடைகின்றது. கரோட்டினை வைட்டமின் 'ஏ' என்று நேரடியாக அழைக்க முடியாவிடினும் புரோ வைட்டமின் **(pro vitamin)** எனலாம்.

தாவரங்களில் கரோட்டின் (புரோ வைட்டமின் 'ஏ')

முளைக்கீரை, புதினாக் கீரை, கொத்துமல்லிக்கீரை, முள்ளங்கிக் கீரை, முருங்கை இலை, கறிவேப்பிலை, போன்ற கீரை வகையிலும், பச்சைக் காய்கறிகள், மஞ்சள் நிறப் பழங்களிலும், கரட், தக்காளி, மாம்பழம், பப்பாப்பழம், கொய்யாப்பழம் போன்றவற்றிலும் கரோட்டின் நிறைந்து உள்ளது.

100 கிராம் கரட்டில் 12000 **I.U (I.U - International Unit = 0.3mg)** கரோட்டினும், மாம்பழத்தில் 2743 மை.கிராம் கரோட்டினும் உள்ளது.

எமது உடலில் வைட்டமின் 'ஏ' குறைவதால்:

கண்பார்வை மங்குகிறது, மூக்கிலிருந்து மூச்சுக் குழல்கள் வரை சட்டைபோல் பரவியிருக்கும் கோழைப் படலம் உலர்ந்து விடும், இதனால் மூச்சுப்பாதையின் சுரப்புகள் சரிவர வெளியேற முடியாது விடுகிறது, இதனால் நோய்க் கிருமிகள் பெருக வாய்ப்பு ஏற்பட்டு, மூச்சுப்பாதை நோய்கள் ஏற்படும்.

மேலும் வைட்டமின் 'ஏ' குறைவதால்

உணவுப் பாதையில் உள்ள எபிதீலியம் உலர்ந்து தடிப்பதால் சொரிமானச் சுரப்பு நீர்கள் குறைவுபட்டு சொரிமானம் தடைப்படும், உணவில் உள்ள சத்துக்கள் சரிவரக் கிரகிக்கப்படமாட்டா, இதனால் நோய்க் கிருமிகள் பெருக் கெடுத்து வயிற்றுப் போக்கு போன்ற நோய்கள் ஏற்படும்.

மேலும் தோலில் வரட்சித் தன்மையை ஏற்படுத்துகிறது. இதன் விளைவாக தவளைச் சொறி எனும் தோல் நோய் ஏற்படுகிறது. தோல் வரட்சியுற்று செதில்களாகும், உலர்ந்த தன்மையுடன் சொரசொரப்பாகக் காட்சிதரும். இவற்றையெல்லாம் தடுக்க வல்லது வைட்டமின் 'ஏ'. உடலுக்குத் தேவையானது போக எஞ்சிய 'ஏ' வைட்டமின் கல்லீரலில் சேமித்து வைக்கப்படுகிறது.

ஒவ்வொருவருக்கும் தேவைப்படும் வைட்டமின் 'ஏ' அளவு

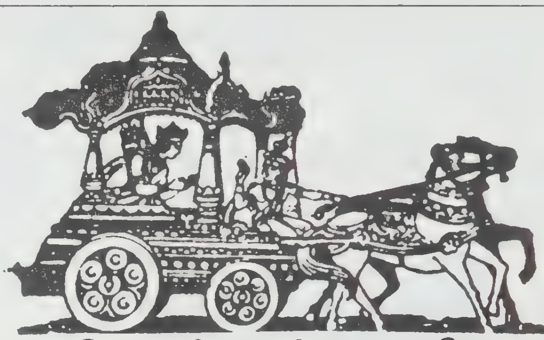
வயது வந்தவர்களுககு : 5000 I.U
குழந்தைகள், கர்பிணிகள், மற்றும்
பாலூட்டும் தாய்மார்களுக்கு
: 6000 - 8000 I.U
(I.U - International Unit = 0.3mg)

எனவே வாய், மூக்கு, உணவு மண்டலம், கழிவு மண்டலம் ஆகியவற்றில் உள்ள தோல் மற்றும் சிலேட்டுமப் படலங்கள் (**mucous membranes**) நோய்த்தாக்கம் பெறாமல் இருக்கவும், மாலைக்கண் போன்ற கண்நோய்கள் வராமல் தவிர்க்கவும், எலும்பு மற்றும் பற்கள் நன்கு வளர்ச்சி பெறவும் உடலின் மேற்தோல் வரட்சிஇன்றி இருக்கவும், கண்பார்வை குன்றாமல் இருக்கவும் வைட்டமின் 'ஏ' இன்றியமையாததாகும்.

வைட்டமின் 'ஏ' அதிகமாக உள்ள உணவுப் பொருட்கள்:

(100 கிராமில் உள்ள கரோட்டின், அளவு - மைக்ரோ கிராம்)

கரட்	12,000



கீதை சொல்லும் அறிவுரை

கண்ணன் சொன்னதென்ன கீதையிலே
அதைக் கருத்தில் கொள்வாய் உந்தன் - வாழ்க்கையிலே
அண்ணன் தம்பி சுற்றமெல்லாம்
உன் அருகில் குழப்பம் தரும் பாசமாகும்
எவன் எதைச் செய்தாலும் அவன் அறிவான்
அந்த எண்ணத்தின் தரங்கண்டு பலன் தருவான்
அவன் பெயரைச் சொல்லிக் கடமையைச் செய்
அதன் விளைவினை அவனுக்கே அர்ப்பணம் செய்
கோவிந்த ராதே! கோவிந்த ராதே!
கோவிந்த! கோவிந்த! ராதே!! ராதே!!

அருளியவர்: சுவாமி ஹரிதாஸ்
தொகுப்பு: - பதி - மொன்றியால்

கீரைகள்

சேனைக் கீரை	12,000
சேப்பங் கீரை	10,278
கறிவேப்பிலை	9396
கொத்துமல்லி	7560
வெற்றிலை	5760
கரட் இலை	5700
பசலைக் கீரை	5580
முளைக் கீரை	5520
முள்ளங்கி இலை	5295
புதினாக் கீரை	1610
முருங்கைக் கீரை	1110

எல்லாக் கிழங்குகளிலும் வைட்டமின் 'ஏ' சத்து நிறைந்துள்ளது குறிப்பிடத்தக்க தாகும்.

பழங்கள்

மாம்பழம்	2743
தோடம் பழம்	1104
பப்பாளிப் பழம்	666

துளசியே பாவத்துக்கும் ரோகத்துக்கும் நிவாரணி

சித்த வைத்தியக் கலாநிதி, சைவப்புலவர், க.சிற்றம்பலம், (கொட்டடி)

துளசியின் தெய்வீக மகிமையைப் பற்றி கடந்த இதழில் பார்த்தோம். இப்போ அதன் மருத்து வகுணங்களைப் பற்றிப் பார்ப்போம்.

தாவரஇயலில் இது ஒரு செடி இனமாகக் கருத ப்படுகின்றது. இது இரண்டடி தொடக்கம் மூன்ற டிவரை வளரும். இதன் நுனிப்பகுதியில் பூக்கதிர்கள் தோன்றும், அதிலிருந்து புனிதமான வாசனை தோன்றும். அதிலேபட்டுவரும் காற்றும் சுத்தமா னதாகவும், புனித மானதாகவும், தெய்வீக உணர்வை யும், இதமான உணர்ச்சிகளையும் தரக்கூடியதாக வும் இருக்கும். இப்பூக்கள் முற்றிக் காய்ந்து, காற்றின் மூலமும், வேறு வழிகளிலும் பரவிப்பயிராகும்.

சித்தவைத்தியத் துறையில் இதன் மருத்துவக் குணங்களை ஆராய்ந்தால், இதன் இலைச் சாறு நெஞ்சிலுள்ள கபச்சளியைக் கரைத்து (இளக்கி) கழிவுப்பொருளாக வெளியே தள்ளும். ஆகையால் இளை, இருமல், நெஞ்சுத் தடுமல், உள்ளவர்கள் இதன் கசாயத்தைப்பருகிப் பலன் பெறுவர். பாம்புக்கடி, விஷப்பூச்சிகள், வண்டுகள், எலிகள், குளவிகள், கடிப்பதாலுள்ள விஷத்தைப் போக்கும் வல்லமை கொண்டதாகும். இதன் சாற்றை உட்கொ ண்டால், வேர்வையை உண்டாக்கியும், சிறு நீரை வெளியேற்றியும், உடலின் வெட்பதட்ப நிலையைச் சமப்படுத்தும். இதன் இலையைக் கயக்கி நாட்பட்ட புண்கள், காயங்களுக்கு வைத்துக் கட்டினால், அவை ஆறிப் பூரண குணமாகும்.

துளசியைச் சமூலமாக எடுத்து, கசாயம் சரிக்கட்டி காலை மாலை இரண்டு மேசைக் கரண்டி மூலம் சாப்பிட்டால், மலத்தை இளக்கி, மலப ந்தத்தை நீக்கி, வயிற்றைச் சுத்தப்படுத்தி, பசியை உண்டாக்கும்.

குழந்தைகளுக்கு

குழந்தைகளுக்கு துளசி இலைகளை எடுத்து பசுப்பாலின் ஆவியில் அவித்து, வெந்ததும், சாறு பிழிந்து, அந்தச் சாற்றுடன் வயதுக்குத்தக்க அளவான கோரோசனையையும் சேர்த்துப் பருக்கி னால், சளியுடன் சம்பந்தப் பட்ட நோய்கள், வயிற்றுப் பூச்சிகள், இல்லாமல் போவதுடன் இளம்பிள்ளை வாதநோய், போன்ற தொல்லைகள் இல்லாமல் போகும். குழந்தை ஆரோக்கியமாக வளர வகையாகும்.

குழற்தையைக் குளிப்பாட்டியவுடன் ஒரு தேக்கரண்டி துளசிச் சாற்றுடன், ஒரு தேக்கரண்டி தேனும் கலந்து கொடுத்தால், குழந்தைக்கு வேறு நோய்கள், தொற்றாது, நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியைக் கொடுக்கும்.

இருதயத் துடிப்புக்கு:

இருதயத் துடிப்பு ஒரே சீராக இல்லாமல், விட்டு விட்டு அடித்துக் கொண்டிருந்தால் நெஞ்சில் இறுக்கம் போன்ற உணர்வும் ஒருவகைப் பிடிப்பும் வலியும் இருந்தால், கருந்துளசி இலை ஒரு பிடியும், மருதம்பட்டை ஒருபிடியும் எடுத்து அவித்து, கசாயமாக வந்ததும், ஒரு மேசைக் கரண்டி கசாயத்துடன், ஒருதேக்கரண்டி தேனும் கலந்து பருகினால், உடனடியான குணத்தைக் காணலாம்.

தலைக்கனம், தலையிடி, மூக்கு நீர் சிந்தல், உடல் உழைவு, காய்ச்சல், ஏற்படக் கூடிய நிலையில் இருந்தால், துளசி இலையில் ஒரு பிடி எடுத்து, அரைஅவுன்சு இஞ்சிக்கிழங்கையும் எடுத்து, குடிநீர் தயாரித்து மூன்று வேளை இரண்டு தேக்கரண்டி வீதம் பருகிவந்தால் பூரண சுகம் காணலாம்.

ஒழுங்காக மாதவிலக்கு வராமல், முந்தியும், பிந்தியும், வயிற்றுக் குத்துடன் உண்டாகும் மாத விலக்குக்கு இரண்டு மேசைக் கரண்டி வெண்துளசிச் சாற்றை வெறுவயிற்றில் பருகிவ ந்தால் எல்லாவிதமான சூதகவியாதிகளும் நீங்கிச் சுகம் காணலாம்.

தலையில் அதிக பேனும், சொடுகும் உள்ள வர்கள் துளசிச்சாற்றுடன், எலுமிச்சம் பழச் சாறு கலந்து, தலைக்குப் பிரட்டி முழுகிவந்தால், பேன் தொல்லை நீங்கி, சொடுகும் இல்லாமல் போகும்.

உடம்பில் வெள்ளைப் புள்ளிகள் ஏற்பட்டு, அவை பரவத் தொடங்கினால், கருந்துளசி சமூலமாக எடுத்து, உலர்த்தி இடித்துத் தூள் செய்து திரிகடிப் பிரமாணம்(மூன்று விரலால் கிள்ளல்) தேனில் குழைத்து, தினமும் மூன்று வேளை உண்டு, பசும் பால் குடித்து வந்தால், சில நாட்களில் புள்ளிகள் நீங்கிச் சுகம் காணலாம். அத்துடன், துளசிச் செடியின் அடிவேரில் இருக்கும் மண்ணை எடுத்து, கரும் சீரகம் சமஅளவாகச் சேர்த்து அரைத்து, வெள்ளைப்புள்ளிகள் உள்ள இடத்தில் பூசி, இரண்டு மணித்தியாலத்தின் பின் குளித்துக் கொள்ளவும்.

தலைவலியால் அவஸ்த்தைப்படுபவர்கள் சுக்கு, மஞ்சள், கருஞ்சீரகம், சாம்பிராணி இந்த நான்கையும் துளசிச் சாற்றில் அரைத்து, தலைவலியுள்ள இடத்தில் பற்றுப் போட்டால், உடனடியாகத் தலைவலி நீங்கும்.

பல்லில் சூத்தை, பல்வலி ஏற்பட்டால், துளசி இலையுடன் கர்பூரத்தை வைத்து அரைத்து சாறுபிளிந்து, பல்லுத் துவாரத்தில் விட்டால், பூச்சிகள் மடிந்து, பல்வலியும் நீங்கிவிடும்.

தெய்வீகத் தன்மைகொண்ட துளசிச் செடியை வளர்த்துப் பயன் பெறுவோமாக

பகவான் ரமண மகரிஷியின் அறிவுரைகளில்.........

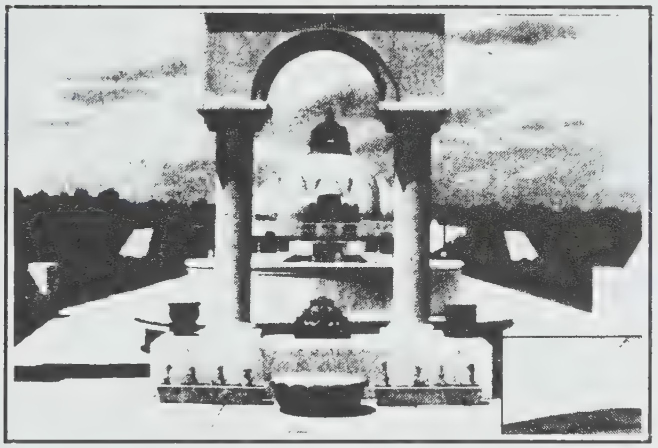
எந்தப் பணியுமே காலத்தை வீணாக்குவதல்ல



ஒருநாள் ரமண மகரிஷி உலர்ந்த ஆல இலைகளை ஒன்றோடு ஒன்று சேர்த்துத் தைத்துக் கொண்டிருந்தார். அந்த இலைகள் ஆச்சிரமவாசிகள் உணவு வைத்து உண்ணப் பயன்பட்டன. மகரிஷியின் அருகில் நின்றுகொண்டிருந்த ஒரு இளம் பக்தர் "பகவான் தாங்களும் இலை தைக்கிறீர்களா? இது தங்கள் அரிய நேரத்தை வீணடிக்கிறதே! தங்களுக்கு இது தேவையற்ற வேலையல்லவா? " என்று கேட்டார்.அதற்கு பகவான் ரமணர் புன்னகையுடன், " மகனே! நல்ல முறையில் . நேர்மையான வழியில் செய்யப் பெற்றால் எந்தப் பணியுமே காலத்தை வீணாகப் பாழடிக்கும் செயல் அல்ல. நீ செய்யும் ஒவ்வொரு செயலிலும் பயனுள்ள வகையில் நீ சிலவற்றை அறிந்து கொள்ளலாம்.

இந்த இலை தைக்கும் வேலையை எடுத்துக்கொள், பசியோடு இருப்பவர்க்கு உணவு பரிமாறும் போது இந்த இலைகள் எத்துணை முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன! உணவருந்தி முடித்தபிறகோ அவை வீசி எறிந்து விடத்தான் ஏற்றவை. அதே போல் நம் உடலும் ஒரு சிறந்த வாழ்க்கை வாழ்ந்து நம் உதவியை நாடும் மற்றவர்க்குச் சேவை புரியப் பயன்படுத்தப் படும்போது பெரிய முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. தன்நலம் மிகுந்த ஒருவன் தனக்காகவே வாழ்ந்தானானால் நூறு ஆண்டுகள் வாழ்ந்த போதிலும் தன்வாழ்க்கையை வீணடித்தவனே ஆகிறான். வெள்ளாடுகள், செம்மறி ஆடுகள் போன்று சாப்பிட்டு, வளர்ந்து இருக்கும் அவன் மிருகங்களை விட உயர்ந்த இனத்தினன் என்று கருதப்படமாட்டான்" என்று அறிவுறுத்தினார்.

யாத்திரையில் அமெரிக்க இந்து ஆலயங்களும், சுவாமி சச்சிதானந்தர் ஆச்சிரமமும்



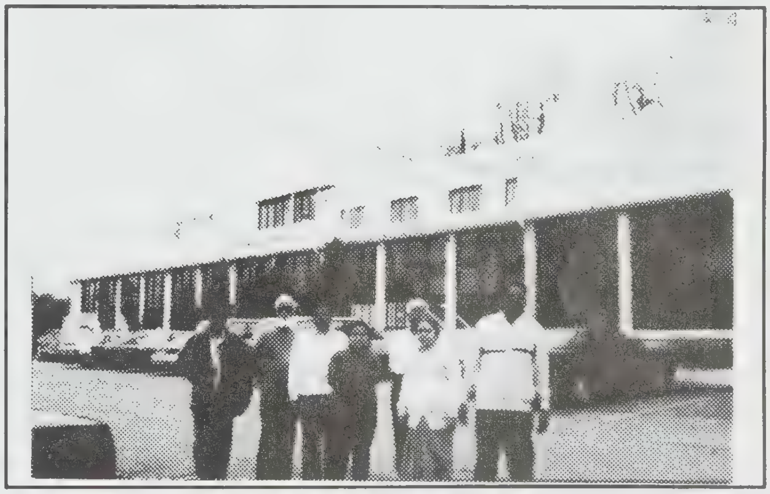
தாமரைக் கோவில்

நூறு ஆண்டுகளுக்கு முன்பு அமெரிக்க மக்களால் சர்வமதப் பேரவை கூட்டப் பெற்றது. அப் பேரவை இந்து மதத்தின் சிறப்பினை உணரும் வாய்ப்பினைப் பெற்று மேற்கத்திய நாகரீகம் ஊறிய உலகுக்கு இந்து மதத்தைப் பற்றிய சிறப்புக்களை உணர வாய்ப்பளித்தது. 1883 செப்டம்பரில் நடைபெற்ற இப் பேரவையில் வீரமுழக்கமும் ஞானமுழக்கமும் செய்து இந்துமதத்தின் பெருமையினை உலகறிய வைத்தவர் சுவாமி விவேகானந்தரே!

இன்று அமெரிக்காவில் பல ஆலயங்களும், ஆச்சிரமங்களும் உருவாகி வருகின்றது. எதிர்காலத்தில் அமெரிக்கா ஒரு இந்து நாடாகிவிடுமா? எனும் கேள்விக் குறியோடு விளங்குகிறது. ரொரன்ரோவில் இருந்து இந்தியத் திருத்தலங்களுக்கு செல்ல வசதியில்லாதவர்கள் அமெரிக்காவில் உள்ள ஆலயங்களுக்கும் ஆச்சிரமங்களுக்கும் சென்று வர வாய்ப்பு இருக்கிறது.

கடந்த நீண்ட வாரஇறுதி விடுமுறைக்கு அடியார்கள் சிலர் அமெரிக்க அலயங்களுக்கும் சுவாமி சச்சிதானந்தரையும் தரிசிக்கும் விருப்பம் கொண்டு பயணத்தை ஒழுங்கு செய்தார்கள். ஏழுபேர் கொண்ட அடியார்கள் கூட்டத்துக்கு அடியேன் சாரதியாகும் வாய்ப்புக் கிடைத்தது. இந்த மெய் அடியார்களுக்கு இந்த சிற்றடியான் மீது நம்பிக்கையின் பேரில் சாரதியாகவும் வழிகாட்டியாகவும் தெரிவுசெய்தார்கள். மெய் அடியார்களுக்கு சாரதியாகச் செல்லும் வாய்ப்பை அளித்தமை இறைவன் செயலே.

பிற்ஸ்பேர்க்கில் வெங்கடேஸ்வரன் கோவில், இந்து ஜெயின் கோவில், சாயிபாபா கோயில். வெஸற் வெர்ஜினியாவில் சுவாமி பிரபுபாதரின் கோல்டன் பலஸ், இராதா கிருஸ்ணா கோவில். வெர்ஜீனியாவில் சுவாமி சச்சிதானந்தர் ஆச்சிரமம் ஆகிய இடங்களை மட்டும் பார்க்கும் நோக்குடன் பிரயாணத்தை ஆரம்பித்தோம்.



பிற்ஸ்பேர்க் வேங்கடேசர் ஆலயம்

பிற்ஸ்பேர்க்கிலுள்ள வெங்கடேசர் ஆலயத்துக்கு கனடாவிலிருந்து பல பக்தர்கள் சென்று வருகிறார்கள். இவ் ஆலய தரிசனம் திருப்பதிக்கு செல்லும் உணர்வை ஏற்படுத்துகிறது. வெள்ளிக்கிழமை நண்பகல் வெங்கடேசர் ஆலயத்துக்குச் சென்றோம், பூசைமுடிவடைந்து விட்டது ஆனாலும் அர்ச்சனை செய்துவிட்டு ஆனந்தமாக வழிபாட்டை முடித்துக் கொண்டு ஆலயத்திலே உள்ள உணவுச்சாலையில் உப்புமா, புளிச்சாதம், தயிர்ச்சாதம் ஆகிவற்றை வாங்கி எமது பகல் உணவை

முடித்துக் கொண்டு இந்து ஜெயின் ஆலயத்துக்குச் சென்றோம்.



இந்து ஜெயின் ஆலயம், பிற்ஸ்பேர்க்

இவ் ஆலயத்தில் மகாவிஷ்ணு மூல மூர்த்தியாகவும் பிள்ளையார், சிவன், சக்தி, முருகன், சீதா ராம லக்ஷ்மண ஆஞ்சநேயர், ராதா கிருஷ்ணர், மகாவீரர் ஆகிய விக்கிரகங்களும் வைக்கப்பட்டுள்ளது. ஆலயத்தினுள்ளே சிறந்த மரவேலைப்பாடுகள் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. உள் ஆலயம் தூய்மையாகவும் பிரகாசமாகவும் இருக்கிறது. அர்ச்சகர் ஆராத்திசெய்து அடியார்களுக்கு பிரசாதம் வழங்கினார்.

வழிபாட்டை முடித்துக் கொண்டு சாயிபாபாவின் ஆலயத்துக்குச் சென்றோம். இங்கு விஷேட பூஜை செய்யப்பட்டு பிரசாதம் வழங்கப்பட்டது. அன்று மாலை வெஸ்ற் வெர்ஜினியா சென்றோம். இரவு 8.00 மணியளவில் சுவாமி பிரபுபாதரின் கோல்டன் பலசை அடைந்தோம். நேரமாகியதால் அங்கு இரவு போசனத்தை மட்டும் முடித்துக்கொண்டு அதனருகேயுள்ள ராதா கிருஷ்ணர் கோவில் விடுதியிலே தங்கினோம். அதிகாலை ஐந்து மணிக்கு பூசை ஆரம்பமாகியது. ஐம்பதுக்கும் மேற்பட்ட கிருஷ்ண பக்தர்கள் ஹரே கிருஷ்ண மகாமந்திர கோஷத்துடன் கீர்த்தனை பாடி ஆடினார்கள்.



ராதா கிருஷ்ணர் ஆலய விக்ரகங்கள்

கீர்த்தனைசெய்து ஆடிப்பாடும் போது பக்திஊடுருவியது. ஆலயத்தின் சிறப்பு வழிபாட்டை முடித்துக்கொண்டு அங்கு காலை ஆகாரத்தையும் முடித்துக் கொண்டு அருகே உள்ள உலக கிருஷ்ண பக்திக் கழகத்தின் ஸ்தாபகரான சுவாமி பிரபுபாதரின் கோல்டன் பலசுக்கு சென்றோம்.



பிரபுபாதரின் கோல்டன் பலஸ்

பொன் அலங்காரம் கொண்ட இந்த மாளிகை பத்து மில்லியன் டொலர் செலவில் அமைக்கப்பட்டதாகும். பிரபுபாதரின் நினைவாக அமைக்கப்பட்ட இம் மாளிகை ஒரு சமயத் தலமாக விளங்குகிறது. உள்ளே சென்று பார்ப்பதற்கு ஐந்து டொலர் நுழைவுச் சீட்டு கட்டணம் அறவிடப் படுகிறது. அங்கு

ஒருவர் உள்ளே கூட்டிச்சென்று விளக்கம் தருகிறார். உள்ளே பிரபுபாதரின் கோவில் அவர் தங்கிஇருப்பது போன்ற அறை, நூலகம், அவரது பாதஅழுத்தம், மேலும் அழகிய சித்திர வேலைப்பாடுகளையும் காணலாம். மத்தியானத்துக்குப் பிற்பாடு வெர்ஜீனியாவிலுள்ள பக்கிங்காம் நோக்கிப் பயணமானோம்.



சுவாமி சச்சிதானந்தருடன் அடியார்கள்

இரவு ஒன்பது மணியளவில் சுவாமி சச்சிதானந்தரின் ஆச்சிரமத்தை அடைந்தோம். அப்போது அங்கு சத் சங்கம் நடைபெற்றுக் கொண்டிருந்தது. யோகம் கைகூடுவதைப் பற்றியும், நம்மை நாடிவரும் சுகத்தையும் துக்கங்களையும் நாம் எப்படி எதிர்கொள்ள வேண்டும் என்பதுபற்றிய விளக்கங்களையும் அங்கு குழுமியிருந்த நூற்றுக்கணக்கான பக்தர்களுக்கு உரையாற்றிக் கொண்டிருந்தார். பக்தர்களின் கேள்விகளுக்கும் பதில் அளித்தார்.

சொற்பொழிவு முடிவடைய 10.30மணியாகியது. அதன் பின்பு எங்களை அழைத்து அன்புடன் விசாரித்து. ஆசிகள் வழங்கி காலை எங்களைப் பார்ப்பதாக கூறினார். அங்கு பல ஆண்களும் பெண்களும் துறவிகளாக உள்ளார்கள். அவர்களில் முக்கியமானவரான அன்னை தயானந்தா(இவர் யப்பானியப் பெண்மணி) வுடன் அன்னை கருணானந்தாவும் எமக்கு மிகஅன்புடனும் மகிழ்ச்சியுடனும் உணவு பரிமாறினார்கள். போசனம் முடிந்தபின் அன்னை தயானந்தா ஆச்சிரமத்திலுள்ள சிறப்பான விடுதி ஒன்றிற்குக் கூட்டிச்சென்று தங்க ஏற்பாடு செய்தார்.



அன்னை தயானந்தாவும், அன்னை கருணானந்தாவும் மகிழ்வுடன் அடியார்களுக்கு உணவுபரிமாறுகிறார்கள்

காலை உணவை முடித்துக் கொண்டு அன்னை தயானந்தா ஆயிரம் ஏக்கரில் அமைந்த ஆச்சிரமத்தின் முக்கிய இடங்களைக் கூட்டிச்சென்று காண்பித்தார். கைலாசம் எனுமிடத்தில் நடராசர் உருவச் சிலை உள்ளது, அங்கே நடராசர் சுற்றி நடனம் ஆடும் காட்சியைக் காணலாம். கைலாசத்திலிருந்து பார்த்தால் தாமரைக் கோவிலும் தாமரைத் தடாகமும் தெரியும்.



யோகாவில் கைலாசத்தில் நடராசர்

ஆச்சிரமத்தில் வாழுகின்ற பிள்ளைகளுக்கு பள்ளிக்கூடமும் அவர்களுக்கான விளையாட்டிடமும் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

தாமரைக் கோவிலுக்கு எதிரே சுவாமி சச்சிதானந்தர் தனக்காக சமாதி அமைத்துள்ளார். சமாதிக் கட்டிடத்தினுள்ளே அவரது உருவச்சிலை அவரை நேரடியாகப் பார்ப்பது போன்று தத்ரூபமாக அமைத்திருக்கிறார்கள். அடியில் அவரது உடலை சமாதியில் வைப்பதற்காக சதுரஅமைப்பில் கட்டப்பட்டு அதனை மூடுவதற்கான கல்லுத் தகடுகளும் வைக்கப்பட்டுள்ளது.

தாமரைக் கோவில் முன்பு தடாகம் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. உள்ளே நுளையும் வாயிலில் சுவாமியின் புகைப்படக் காட்சிசாலை உள்ளது. அங்கே அவரது சேவைகளின் நினைவாக பல புகைப்படங்கள் சேகரித்து வைக்கப்பட்டுள்ளது.

தாமரைக் கோவிலின் உள்ளே சுவாமி தியானம் செய்து தன்னிடமிருந்து வெளிப்படும் தெய்வீக அதிர்வலைகளை உலக நன்மைக்காகவும் எல்லாமக்களையும் சென்றடைய வேண்டும் எனும் நோக்கோடு அம் மண்டபத்தின் நடுவே அவர்மட்டும் தியானம் செய்யும் தியான கூடம் நிலவறையில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

மேல் மாடியில் தெய்வீக ஒளி சென்று எல்லாச் சமயங்களையும் சென்றடைவதைக் குறிக்கும் ஒளி அமைப்புச் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. அவ்விடத்தில் அங்கு செல்பவர்கள் தியானம் செய்கிறார்கள்.



தாமரைக்கோவினுள் அடியார்கள் தியானம் செய்கிறார்கள்

தாமரைக் கோவில் தரிசனம் முடித்துவிட்டு விடுதிக்குச் சென்றோம். அங்கு சுவாமிகள் வந்து தரிசனம் தந்தார்.



சுவாமிகளுடன் அடியார்கள்

இன்று உயிர்த்த ஞாயிறு இந்த நன்னாளில் காலை முக்கால் மணிநேரம் சுவாமி எம்முடன் அன்போடு உரையாடினார். ரொரன்ரோவுக்கு வரும்படி கேட்டோம் இவ் வேண்டுகோளுக்கு நீண்ட நேரத்தின் பின் 'சரி வர்ரேன்' எனக் கூறினார். அன்பும் கருணையும் அவர் முகத்தில் பிரதிபலித்தது.

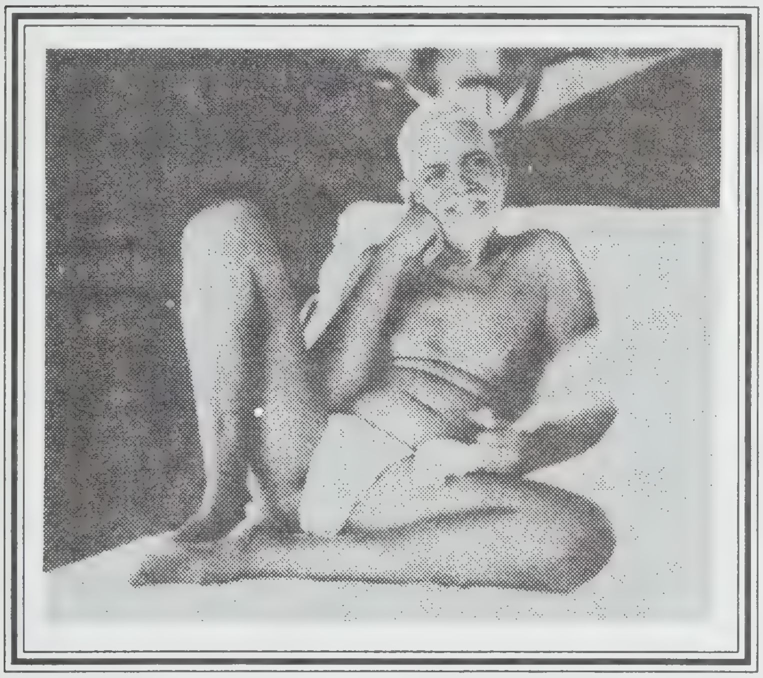
சுவாமி விவேகானந்தர் விடுதிக்கு முன்பாக அமைந்துள்ள சுவாமி சிவானந்தர் மண்டபத்தில் நண்பகல் சில நூற்றுக் கணக்கான பக்தர்களோடு ஈஸ்ரர் விருந்து நடைபெற்றது. நாமும் விருந்தில் கலந்து விடை பெற்றோம். சுவாமிகளின் நிறைந்த நல்லாசிகளுடனும், அன்னை தயானந்தாவினது அன்பான உபசரிப்புடனும் ஒரு சில மணிநேர ஆன்மீகப் பிணைப்பிலிருந்து விடுபட மனமில்லாது தெய்வீக பூமியாகிய சச்சிதானந்தரின் ஆன்மீக அலைவீசும் ஆச்சிரமத்தை விட்டு விடை பெற்றோம்.

நமது வாகனம் ரொரன்ரோவை நோக்கி சென்றுகொண்டிருந்தது, சுவாமிகளின் அன்பும் அவரது அழகுதமிழும் நம் எல்லோர் உள்ளத்தையும் ஈர்த்து நீண்ட நேரமாக அவரது மகிமைகளைப் பேசியபடியும் ஆன்மீக உரையாடலுடனும் அதிகாலை *3.00* மணிக்கு ஸ்காபரோவை வந்தடைந்தோம். யாத்திரை மிக இனிதாக அமைந்தது.

ஸ்ரீ ரமண மகரிஷி

தொடர் ஆக்கம்

தொகுப்பு : தீவகன் சதாசிவம் சேவியர்



பகவான் விருபாஷ குகையில் இருந்த இக் காலத்திலேயே ஞானப் பசியினரும், மோனத் தவத்தினரும், பணடிதர்களும், பாமரர்களும், பெண்டிரும், குழந்தைகளும், அன்பர் கூட்டங்களும், அளவுக்கு அதிகமாக வந்து தரிசிக்கலும், சிற்றுண்டி உணவு வகைகளும், பால், தயிர், மோர், பழம், இளநீரும் கொண்டுவந்து உபசரிக்கவும் தொடங்கினர். அவர் அடியில் அமர்ந்து தியானத்திலும் மூழ்குவார்களாம்.

கார்த்திகை மற்றும் விசேஷ நாட்களில் மக்கள் கூட்டம் அதிகமாக இருக்கும், ஸ்வாமிகள் வெளித்திண்ணையில் உட்கார்ந்திருப்பாராம். குகைக்கு உரிமைகோருவோர் சந்தர்ப்பத்தைப் பயன் படுத்தி உண்டியல் வசூலிக்கத் தொடங்கி விட்டனராம். (ஆளுக்குக் கால் அனா).

இது சில அடியார்களுக்கு வேதனையையும். வெறுப்பையும் உண்டு பண்ணவே சுவாமிகளுக்கும் பிடிக்காமல் குகையை விட்டே வெளியில் வந்து உட்கார்ந்து விட்டது மன்றி, விருபாஷ குகையை விட்டே கீழ் உள்ள ஸத்குரு ஸ்வாமி குகைக்கும் குகை நமச்சிவாயர் கோயிலுக்கும், சென்றுவிட்டார். இப்போ விருபாஷ குகை ஓவென்று வெறிச்சோடிப் போய் விட்டது. குகை நமச்சிவாயர் கோவிலுக்கு கூட்டம் திரும்பியது. தங்கள் தவறை உணர்ந்த விருபாஷ குகைக்காரர் ஸ்வாமியிடம் பணிந்து கேட்டதுமன்றி அங்கு சுவாமிகள் இருக்குமட்டும் வசூலை நிறுத்திவிடுவதாக உறுதிமொழியும் கூறி மீண்டும் விருபாஷ குகைக்கு அழைத்துச் சென்றனராம்.

விருபாஷ குகை மாரிகாலத்தில் மிகவும் மகிழ்ச்சியும், அமைதியும் ரமணீயமுமாக இருக்குமாம். கோடை காலத்தில் அருவி(ஆறு) வற்றி வெப்பமாக இருக்குமாம். இக்காலத்தில் முலைப் பாலூன்றி தீர்த்தம் உள்ள இடத்திற்க்கு அருகே உள்ள மாமரக் குகைக்கு மாற வேண்டியேற்பட்டதாம்.

விருபாஷ குகையில் சுவாமிகள் இருந்த போதே பக்திரசம் ததும்பும் "அருணாசல அட்ஷர மணமாலை" எனும் துதியை அருளினார். அடியார்கள் ஊர்மனைக்குள் உணவுப் பிஷைக்காகச் செல்லும் போது இத்துதியைப் பாடிச் செல்வார்களாம். இக்காலத்தில் பழனிச்சாமி என்பவருடைய தொண்டுகளும் சுவாமிக்குக் கிடைக்கலாயிற்றாம்.

இக்காலத்தில் பல அடியார்கள் ஸ்வாமியினுடைய சந்நிதியில் நிரந்தரமாகவே வாசம் செய்யத்தொடங்கி விட்டார்களாம். இவர்களுக்கெல்லாம் உணவூட்ட வேண்டியவரும் ஸ்வாமியே. எனவே பழனிச்சாமிகளுடன் அடியார் கூட்

டம் ஸ்வாமிகள் இயற்றிய "அட்ஷர மணமாலை" துதியை மிகவும் பக்திததும்ப கேட்போர் உருகிக் கேட்கக் கூடிய ராகத்துடன் சங்கு ஊதியபடியே ஊர்மனைக்குள் சென்று உணவு கொண்டு வரினும் சகலருக்கும் பகிர்ந்து ஊட்டுவதுடன். நாய், பசு, பறவைகள், குரங்கு யாவுக்குமே பகிர்ந்து ஊட்டப்படுமாம் இக் காலங்களில் பெரும் பாலும் சுவாமிகள் மௌனமாகவே யிருந்துள்ளார். சில அறிஞர்கள் தாங்கள் படிக்கும் நூல்களில் உள்ள சந்தேகங்களை சுவாமிகளிடம் கொடுத்து விளக்கம் கேட்பார்களாம். சுவாமிகள் தமது கூர்ந்த அறிவால் யோகாநுபவத்தில் இருந்து பொருத்தமான விடைகளை எழுதிக் கொடுப்பாராம்.

இப்படி எழுதிச் சேகரிக்கப்பட்டவற்றையும், கம்பீரம் சேஷய்யர் கேட்டறிந்த விளக்கங்களையும் ஒன்று கூட்டித் தொகுக்கப் பட்டதே "விசாரச் சங்கிரகம்" என்னும் நூலாகும்.

இது வரை சுவாமிகளின் முக்கியமான சரித்திரம் 1900 - 1912 இதற்குள்ளேதான். பெரும் புகழ் வாய்ந்த சீடர்களான, கம்பீரம் சேஷய்யர், சிவப்பிரகாசம்பிள்ளை, கணபதிமுனிவர், ராமஸ்சுவாமி ஐயர், லஷ்மி அம்மாள், ஹம்பரி(இவர் ஒரு ஆங்கிலேயர் அக்காலம் பொலிஸ் இலாகாவில் உயர் பதவி வகித்தவர்) இவாகள் மகரிஷிகளின் அமுத மொழிகளை அருந்தி அடியாராகி சாந்தியடைந்து, அவருடைய காந்த சக்திக்கு ஆளாகினார்கள்.

சுவாமிகளுக்கு ஏற்பட்ட சோதனைகள் ஏராளம். கழுகுக் கண்ணன், காமாளைக் கண்ணன்களால் ஏற்பட்ட சோதனைகளுக்கு மத்தியிலேயே "மகரிஷி ரமணர்" என்ற பெயரும் பிரசித்தமாகியது. இதனால் மகரிஷிகளிடம் கற்றவர்களும் பெரிய உத்தியோகஸ்தரும், செல்வந்தரும் அடியாரகத் தொடங்கிவிட்டனர். ஆங்கிலேயர்களும் வரத் தொடங்கினர்.

காவி உடையிலும் ருத்திராட்ச மாலையிலும், கையில் விபூதிப் பையும், திருவோடும், காலில் மிதிவடியோடும் துறவியாகுவோரால் மகரிஷிகளுக்கு சோதனைகளும் அதிகரித்தது. ஒருசில பூச்சாண்டிச் சாமிகளும், தடல் புடல் சாமிகளும், போலிச்சாமிகளும் சோதனைகள் உண்டாக்கத் தொடங்கி தோல்வியும் கண்டனர். மன்னிப்புக் கேட்டு மண்டியிட்டோர்ரும் உண்டு.

பகவான் ரமணர் பெரும் அற்புதமான ஆத்மஸித்தர் என்பதை எல்லோரும் கண்டுவிட்டனர். ஆனால் எல்லோருடைய உள்ளங்களிலும் இவர் என்ன யோகம் செய்தார்? உலகில் யோகிகளாக எவ்வளவு பாடுபடுகின்றனர். யோகத்தில் எத்தனை வகை உண்டு இவர் எதைச் செய்து இப்படிப் பெரிய நிலையை அடைந்தார். சும்மாதானே பேசாமல் மௌனமாய் இருந்தார். என்று வினா எழுப்பியவாகளும் உண்டாம்.

இக்காலங்களில் பகவானின் அருளுக்குப் பாத்திரமானவர்களுள் மிக முக்கியமானவர் ஸ்ரீ காவிய கண்ட கணபதி சாஸ்திரிகள். இவருடைய வருகையால் பலவிதமான விசேஷங்கள் உண்டாகின. இவர் வயதால் மட்டுமல்ல படிப்பால், அறிவால் பண்டிதர் மகவும் பிரசித்தி பெற்றவர். (தொடரும்).

குருவே சிவமெனக் கூறினன் நந்தி
குருவே சிவமென் பதுகுறித் தோரார்
குருவே சிவனுமாய்க் கோனுமாய் நிற்கும்
குருவே யுரையுணர் வற்றதோர் கோவே
(திருமந்திரம் - 1556)

முளுமுதற் கடவுளான சிவனே நந்திதேவராய் திருமூலரின் குருவானார். சிவனே குருவாக வருகிறார் எனவும், நூலறிவாலும் சாதாரண உணர்வாலும் அறிய முடியாத இவ் உண்மையை (நந்திதேவரின் உபதேசத்தை) திருமூலர் மெய் அறிவாகிய ஞானத்தால் உணர்ந்து உரைக்கிறார். குருவே சிவன், சிவனே குரு.

இராஜயோகம்

தொடர் ஆக்கம்

கடந்த இதழில் நாடி சுத்தி செய்யும் முறையைப் பார்த்தோம், மற்றும் ஒவ்வொரு சக்கரங்களிலும் குண்டலினி சென்றடையும் போது ஏற்படும் அனுபவங்களையும் ஆற்றல்களையும் பார்த்தோம். இராஜயோகம் எட்டு அங்கங்களாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளதை முன்பு பார்த்தோம், இயமம் எனும் பகுதி ஒழுக்கப் பயிற்சியையும், நியமம் எனும் பகுதி தூய்மை, மனநிறைவு, தவநெறி, கற்றல், கடவுளைச் சரணடைதல் போன்ற பயிற்சியையும். அதன் பின் மூன்றாவதான ஆசனம் (இருக்கை) பழகுதலையும், நான்காவதான பிராணாயாமப் பயிற்சியின் பழகும் முறையை கடந்த இதழில் இருந்து கூறப்படுகிறது.

ஏற்கெனவே நாடி சுத்தியைப் பற்றியும் அதனை பயிலும் விதமும் விளக்கப்பட்டது. தொடர்ந்து பிராணாயாமத்தைப் பற்றி சுவாமி சிவானந்தர் கூறும் விளக்கங்களைப் பார்ப்போம்:

பிராணாயாமம்

பலவித சரீர அமைப்பு, சுபாவம் அல்லது தன்மை பலவித நோக்கம் இவற்றைப் பொறுத்து, பிராணாயாமத்தில் பல வகைகளான பயிற்சிகள் உள, அவை (1) ஆழ்ந்த சுவாசப் பயிற்சிகள; **(deep breathing exercise)** (2) எளிதும் வசதியுமான முறை **(easy comfortable)** (3) நடக்கும் போதே செய்யும் பிராணாயாமம் (4) தியானத்தின் போது செய்யும் பிராணாயாமம் (5) இயைந்த சுவாஸப் பயிற்சி **(Rhythmical breathing)** (6) சூரிய பேதம். (7) உஜ்ஜயி. (8)ஸீத்காரி. (9) சிதாலி. (10) பஸ்திரிகா. (11) பிரம்மரீ. (12) மூர்ச்சா. (13) ப்லாவினி. (14) கேவல கும்பகம் இன்னும் பல உள்ளன. மேற்கூறியவற்றுள் பிந்திய 8 மாத்திரம் ஹடயோக நூல்களில் வர்ணிக்கப் பட்டுள்ளன.

(மேற்கூறியவற்றில் சுலபமான ஒன்றை மட்டும் தருகிறோம்)

சுலபமாகவும் சௌகர்யமாகவும் செய்யத்தக்க பிராணாயாமம்

பத்மாசனத்திலோ அல்லது ஸித்தாசனத்திலோ உட்கார். வலது நாசித்துவாரத்தை வலது கடடை விரலால் மூடு. இடது நாசித் துவாரமூலம் 3 ஓம் மெதுவாக எண்ணும் வரை மூச்சை உள் இழு. சுற்றுப்புறக் காற்றுடன் பிராணனையும் சேர்த்து இழுத்துக் கொள்வதாக நினைத்துக் கொள். நாளடைவில் உண்மையிலே நீ பிராணனை இழுப்பது உனக்குப் புலப்படும். பிறகு இடது நாசித் துவாரத்தையும் வலது மோதிர விரல் சிறுவிரல் இவற்றால் மூடு. 12 ஓம் எண்ணும் வரை மூச்சை உள் அடக்கு. மூச்சு ஓட்டத்தை மூலாதாரச் சக்கரம் வரை ஓடச் செய். சுவாசப் பிரவாகம் மூலாதாரச் சக்கரத்தில் மோதுவதாகவும் குண்டலினி எழுவதாகவும் நினைத்துக் கொள். வலது கட்டை விரலை நீக்கி வலது நாசித் துவாரம் மூலம் 6 ஓம் எண்ணும் வரை சுவாசத்தை வெளிவிடு. மறுபடியும் வலது நாசிமூலம் உள்இழு, நிறுத்து. இடது நாசி மூலம் மேற்கூறிய முறையே வெளிவிடு. இந்த 6 காரியங்களும் சேர்ந்து ஒரு பிராணாயாமம். ஆரம்ப காலத்தில்

காலையில் 6 பிராணாயாமமும், மாலையில் 6 பிராணாயாமமும் செய்க. கெஞ்சம் கொஞ்சமாக ஒரு வேளைக்கு 20 ஆக உயர்த்து. உள் சுவாசித்தல், நிறுத்துதல் வெளிவிடுதல் இவை 1: 4 : 3 எனும் வீதத்தில் இருக்க வேண்டும். நாளடைவில் நிறுத்திவைப்பதை (கும்பகத்தை) அதிகப்படுத்திவரவும்.

உன்னால் சௌகரியமாக எதுவரை கும்பகம் செய்ய முடியுமோ, அதுவரை ஜாக்கிரதையாகச் செய். சக்கரத்தின் மேல் மனதை நிறுத்தி குண்டலினியைத் தியானம் செய். இதுவே இப் பயிற்சியின் மிக முக்கியமான பாகம். இந்தப் பிராணாயாமத்தில் ஆழந்த சிந்தனையே குண்டலினியை எழுப்புவதற்கு முக்கிய பங்கு எடுத்துக் கொள்கிறது. சிந்தனை எவ்வளவுக்கு ஊன்றி இருக்கிறதோ அவ்வளவு விரைவில் குண்டலினி எழுப்பப்படும்.

இப்பயிற்சி எல்லா வியாதிகளையும் நீக்கி நாடிகளைச் சுத்தி செய்து அலையும் மனதை நிலை நிற்கச் செய்து, ஜீரண சக்தி, இரத்த ஓட்டம், இவற்றை ஒழுங்காக்கி, பிரம்மசரிய அனுஷ்டானத்தில் உதவியும் புரிந்து குண்டலினியை எழுப்பவும் செய்கிறது. சரீரத்தின் எல்லா அழுக்குகளும் வெளித் தள்ளப்படுகின்றன.

(சிறந்த பயிற்சி பெற்றவர்களால் பிராண சக்தியைப் பயன் படுத்தி எமது உடலில் உள்ள நோயையும் பிறரின் நோய்களையும் குணப்படுத்த முடியும்)

பிராணாயாமத்தால் ஏற்படும் நன்மைகள் :

சரீரம் மெலிகிறது. உறுதியுள்ளதும் சுகமுள்ளதும் ஆகிறது. அதிகப்படியான கொழுப்பு கரைந்து விடுகிறது. முகத்தில் ஒளி ஏற்படுகிறது. கண்கள் வைரம்போல் பிரகாசிக்கின்றன. பயில்வோன் அழகுள்ளவன் ஆகின்றான். குரல் இனிமையும் ஓசை பொருந்தியதுமாகிறது. உள்ளிருந்து அனாஹத நாதங்கள் கேட்கப்படுகின்றன. எல்லாவிதமான வியாதிகளும் விலகுகின்றன. அப்பியாசி பிரம்மசரியத்தில் நிலைத்து விடுகிறான். ரேதஸ் கெட்டியும் சலனமற்றதுமாகிறது. ஜடராக்கினி விருத்தியாகிறது. அவனை ஒரு வெய்வலோகத்தின் பெண்ணும் கலைக்க முடியாதபடி பிரம்மசரியத்தில் நிலைப்பும் உண்டாகின்றது. பசி அதிகரிக்கிறது. நாடிகள் சுத்தப்படுகின்றன. மனோ சலனம் விலகுகிறது. மனம் ஒரே பொருளில் நிலைத்து விடுகிறது. இராஜச, தாமஸ குணங்கள் அழிக்கப்பட்டு விடுகிறது. மனது உறுதியாக தாரணை, தியானங்கட்குத் தயாராகிறது. மலங்கள் குறைகின்றன. ஒழுங்கான பழக்கம் ஆத்மிக சக்தி, ஒளி, இன்பம் அமைதி இவற்றைத் தருகிறது. அவனை அஃது ஒரு ஊர்த்வரேத யோகி ஆக்குகின்றது. எல்லா ஆத்மீக சக்திகளும் அவனுக்குக் கிடைக்கின்றன. இவையாவும் ஆழ்ந்த சாதனத்தில் ஈடுபட்டவர்க்கே உண்டு.

பிராணாயாமம் சம்பந்தப்பட்ட சில முக்கிய அறிவிப்புக்கள்.

(1) அதிகாலையில் மலஜலம் கழித்தபின் யோகப் பயிற்சி செய்ய அமர். பிராணாயாமத்தை ஒரு ஓதமற்ற நல்ல காற்று, வெளிச்சம் வருவதுமான அறையில் பயிற்சி செய். பிராணாயாமத்திற்குத் தீவிரமான மன ஈடுபாடும் கவனமும் அவசியம். ஆதலால் ஒருவரையும் கூட வைத்துக் கொள்ளாதே.

(2) பிராணாயாமத்திற்கு உட்காருமுன் நாசித்துவாரத்தை நன்கு சுத்தம் செய்து கொள். பயிற்சி முடிந்து 10 நிமிடம் கழிந்தபின் கொஞ்சம் பாலையாவது அல்லது சிறிது சிற்றுண்டியாவது **(light tiffin)** கொள்க.

(3) அதிகப்பேச்சு, அதிக உணவு, அதிகமான தூக்கம், அதிகமாய் நண்பர்களுடன் கலத்தல், அதிகப்பட்ட உழைப்பு இவற்றைக் கண்டிப்பாக விலக்க வேண்டும். உணவு சாப்பிடும்போது சாதத்

துடன் கொஞ்சம் நெய் கலந்து உட்கொள். இது குடல்களைப் பசையுள்ளதாக்கி வாயுவைக் கீழ் நோக்கித் தராளமாகப் போகச் செய்யும்.

(4) சிலர் கும்பகம் செய்யும் போது முகத்தசைகளைத் திருகிக் கொள்வர் அது கூடாது அது அவர்கள் தங்களால் முடிந்த அளவுக்கு முயலுகின்றனர் என்பதற்கு ஓர் அடையாளம். இவ்வாறு செய்வதைக் கண்டிப்பாக விலக்க வேண்டும். அப்படிப்பட்ட மக்களால் ஒழுங்காய் ரேசகமும் பூரகமும் செய்ய முடியாது.

(5) படுக்கை விட்டு எழுந்தவுடன் பிராணாயாமம் செய்யலாம். ஜபம் தியானம் இவற்றை ஆரம்பிக்கு முன்பும் செய்யலாம். அவ்வாறு செய்யின் சரீரத்தை லேசாக்கும். தியானத்தில் இன்பத்தை உண்டாக்கும். உனது சௌகர்யம், உனக்குக் கிடைக்கும் ஓய்வு. இவற்றிற்குத் தக ஒரு திட்டத்தைத் தயாரித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

(6) காரணமின்றி சரீரத்தை அசைக்காதே. சரீரத்தை அசைப்பதால், மனம் பல வழிகளிலும் சலனமடைகிறது. அடிக்கடி சரீரத்தைச் சொறிந்து கொள்ளாதே. பிராணாயாமம், ஜபம், தியானம் செய்யுங்கால் ஆசனத்தில் பாறைபோன்று அசையாமல் இருத்தல் வேண்டும்.

(7) எல்லாப் பயிற்சிகளிலும் உன் விருப்பத்திற்குத் தக இராமநாமம், சிவபஞ்சாட்சரம், காயத்ரி அல்லது ஏதாவது ஒரு மந்திரத்தைத் திரும்பத்திரும்ப ஜபி. அல்லது வெறும் எண்ணிக்கையால் எண்ணு. இல்லாவிடில் வேறு ஏதாவது சௌகரியமான காலத்தைக் கணக்கிடும் முறையை உபயோகி. பிராணாயாமத்திற்குக் காயத்ரி அல்லது ஓம்காரமே சிறந்தது. ஆரம்பத்தில் பூரக, ரேசக, கும்பகங்களை இவ்விதக் கணக்கைக்கொண்டு ஒழுங்காக அனுஷ்டிக்க வேண்டும். சௌகர்யமாக உன்னால் முடிந்த அளவுக்கு நீட்டி ரேசக, கும்பக, பூரகங்களைச் செய்யும் போது ஒவ்வொன்றின் கால அளவு. இவை மூன்றிற்கும் சம்பந்தப்பட்ட கால அளவு **(Ratio)** இவை தானே சரிப்பட்டு வந்துவிடும். சற்று பயிற்சியில் முன்னேறிய பிறகு நீ கால கணக்கை அனுஷ்டிக்கத் தேவையில்லை பழக்கத்தின் மூலம் இந்தக் கால அளவு தானே இயற்கையாக ஏற்படும்.

(8) ஆரம்பத்தில் சில நாட்கள் வ[ரை] காலக் கணக்கைக் கவனிப்பதால், தேர்ச் எவ்வாறு இருக்கிறது என்பது தெரியவரு பயிற்சி முதிர்ந்தபின், கணக்கு எண்ணி கொண்டு மனதை வீணாக அதன் ச மார்க்கத்திலிருந்து நாம் விலக செய்யலாகாது. குறிப்பிட்ட எண்ண க்கையைச் செய்தாகிவிட்டது என்பதை உ சுவாசப்பையே உனக்குக் கூறும்.

(9) களைப்படையும் வ[ரை] பிராணாயாமம் செய்யக்கூடாது. பயிற்சியி போதும், செய்த பிறகும் ஆனந்தமு இருக்கவேண்டும். பயிற்சி செய்த பி பலமும் உற்சாகமும் நிறைந்தவர்களா திரும்பவேண்டும். அளவு கடந் விதிகளுக்கு உன்னை அடிமைப்படுத்தி கொள்ளாதே.

(10) பிராணாயாமம் முடிந்தவுடனே ஸ்நானம் செய்யக் கூடாது. அரைமன நேரம் ஓய்வு கொள்க. பயிற்சிக் காலத்தி வியர்வை வெளிவந்தால் அதனை ஒ முரட்டுத் துணியால் துடைக்கக் கூடா கைகளால் அதைத் துடை. வியர்க்கு போது குளிர்ந்த காற்றில் போய் உட்காராதே

(11) காற்றை மெதுவாக உள்ளே இழு வெளிவிடும் போதும் மெதுவாக வெளிவி எவ்வித சப்தமும் உண்டாக்காதே.

(12) இரண்டொரு நாள், 2 அல்ல 3நிமிடம் பயிற்சி செய்துவிட்டுப் பலன எதிர்பார்க்கலாகாது. குறைந்த பட்சம் நிமிடங்களாவது ஆரம்பகாலத்தில் தினமு பயிற்சி செய்யவேண்டும். அதனை தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும் ஒவ்வொ நாளும் ஒரு பயிற்சியிலிருந்து மறு பயிற்சி

குத் தாவுவதால் பயன் ஒன்றுமே இல்லை

(13) பிராணாயாமங்களில் பல முறைகளைப் பயிற்சி செய் என்று பதஞ்சலி கடுமையாக விவாதிக்கவில்லை. அவர் சொல்வதெல்லாம் "மெதுவாக சுவாசத்தை வெளிவிடு. பிறகு உள் இழு. இழுத்த சுவாசத்தை அடக்கிவை. உன் மனது சலனமற்று ஒழுங்குபட்டு விடும்." என்பதே. ஹட யோகிகள் தான், பிராணாயாமத்தை ஒரு அறிவியல் **(Science)** சாஸ்திரமாக விருத்தி செய்து பலவகைப்பட்ட மனிதருக்கேற்ப பல பயிற்சிகளைக் கூறியுள்ளனர்.

(14) ஆரம்ப சாதகன் பலநாள் வரை பூரகம், ரேசகம், செய்யவேண்டும். கும்பகத்தை நினைக்கவும் கூடாது. ரேசகம் அதிக நேரம் நீட்டிச் செய்க. பூரக ரேசகங்களுக்குச் சம்பந்தமான கால அளவு **(Ratio)** 1 : 2 ஆக இருக்க வேண்டும்.

(15) பிராணாயாமத்தை, அதன் சர்வ வியாபதமும், ஆரம்ப காலத்தைச் சேர்ந்ததுமான முறையில் யாரும் செய்யலாம். உட்கார்ந்தோ நின்றோ எவ்விதமும் செய்யலாம். அப்போதும் அது அதனால் ஏற்படும் நன்மையைச் செய்யத்தான் செய்யும். குறிப்பிட்ட முறைகளைத் தவறாது செய்வோருக்குப் பலன் சீக்கிரம் கிடைக்கும்.

(16) ஒழுங்காகக் கும்பக காலத்தை அதிகப் படுத்திக் கொண்டு செல். முதல் வாரத்தில் 4 வினாடி நிறுத்து. 2 வது வாரம் 8 வினாடி வரை நிறுத்து. இம்மாதிரி அதிகப்படுத்திக் கெண்டே சென்று உன்னால் எவ்வளவு நேரம் முடியுமோ அதுவரை உயர்த்து.

(17) பிராணாயாமத்தின் எந்த ஒரு நிலையிலும் ரேசகத்திலோ கும்பகத்திலோ அன்றிப் பூரகத்திலோ மூச்சுத் திணறல் அசௌகரியம் இவை உண்டாகாதபடி இம்மூன்றையும் பொருத்தமான முறையில் இணைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அடுத்த டுத்த இரண்டு சுற்றுகளுக்கு இடையே சாதாரணமாகச் சுவாசிக்கும் முறையில் இரண்டொரு முறை சுவாசிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் உண்டாக்கலாகாது. அதற்குத் தக ரேசக, பூரக, கும்பகங்களை, சௌகரியப்படி அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதில் கவனமும் சிரத்தையும் அதிகமாக இருத்தல் வேண்டும். அவ்வாறாயின் காரியம் சுலபமும் சீக்கிரமும் பலன் தருவதுமாக ஆகும்.

(18) பயனின்றி ரேசக காலத்தை நீட்டலாகாது. அப்படிச் செய்யின் அடுத்து வரும் பூரகத்தை வேகமாகச் செய்ய நேரும். அதனால் ஒன்றுக் கொன்றுள்ள சம்பந்த **(Ratio)** காலம் குறைப்பட்டுக் கெடும். பூரக ரேசக கும்பகக் காலங்களைப் பொருத்துவதில் தான் சாமர்த்தியம் இருக்கிறது.

அதைப் பொருத்தும் முறையில் ஒரு பிராணாயாமம் மட்டும் அல்ல, தேவையான சுற்றுகள் முழுதும் செய்யுமட்டும் சிரமமோ, கவலையோ உண்டாகலாகாது. இதை நான் பலதடவை சொல்லிவிட்டேன். சொல்ல வேண்டி இருக்கிறது. அனுபவமும் பயிற்சியும் தான் ஒருவனைத் தேர்ந்தவனாக்கும். உறுதியாய் இரு. மற்றொரு முக்கிய விஷயம் யாதெனில் கும்பகம் முடிந்தபின் ரேசகத்தை அமைதியாகப் பூரகத்திற்கு ஏற்ற கால அளவில் செய்து முடிக்க சுவாசப் பைகள் பூரணமான திறமையுடையவைகளாக இருக்க வேண்டும்.

சுவாமி ஸ்ரீ சிவானந்தரின் மிகச் சிறந்த விளக்கங்களைப் பார்த்தோம்

வளியினை வாங்கி வயத்தில் அடக்கில்
பளிங்கொத்துக் காயம் பழுக்கினும் பிஞ்சாம்
தெளியக் குருவின் திருவருள் பெற்றால்
வளியினும் வேட்டு வளியனுமாமே

(திருமந்திரம் - 551)

திருமூலர் பிராணாயாமத்தின் சிறப்பை அதாவது முறையோடு பயில்பவர்க்கு முதுமையிலும் இளமையோடிருப்பர் என வர்ணிக்கிறார். (தொடரும்)